În activitatea sa de medic psihiatru, Eric Berne a descoperit că fiecare om își scrie în copilărie, sub puternica influență a părinților, scenariul care îi va guverna cursul general al vieții. Scenariul de viață stabilește cu ce fel de persoană te vei căsători, câți copii vei avea, ba chiar și genul de pat în care vei muri și cine va fi de față atunci. El hotărăște dacă vei fi un învingător sau un învins, un monument de forță sau un alcoolic condamnat. Unor oameni, scenariul le cere să eșueze în profesie, să trăiască în mod repetat dezamăgiri în dragoste sau să sufere invalidități cronice. Scenariul altora sfârșește prin suicid. **Ce spui după Bună ziua?** arată cum se scriu scenariile de viață și cum îl poți descoperi pe al tău. Dacă ai un scenariu nefericit, îți arată cum să scapi de el, astfel încât să începi în sfârșit să trăiești o viață a libertății și a împlinirii adevărate.

*
* *

Eric Berne (1910-1970), celebru psihiatru și psihoterapeut, este întemeietorul «analizei tranzacționale». La începutul carierei, Berne s-a pregătit pentru a deveni psihanalist parcurgând două tranșe de analiză personală cu Paul Federn și Eric Erikson. După 1956 abandonează ortodoxia psihanalitică și creează o nouă orientare psihoterapeutică – «analiza tranzacțională». O analiză tranzacțională bine condusă asigură abandonarea scenariului infantil și dezvoltarea unei vieți afective adulte.

PSIHOLOGIE

www.edituratrei.ro



ISBN (10) 973-707-085-2
ISBN (13) 978-973-707-085-2

Eric Berne • Ce spui după Bună ziua?

PSIHOLOGIE

Eric Berne

Ce spui după Bună ziua?

TREI

PSIHOLOGIE

Colecție coordonată de
Nicolae Dumitrașcu

PSIHOLOGIA AZI

Eric Berne

Ce spui după „Bună ziua"?

Psihologia destinului uman

Traducere din limba engleză de
Anacaona Mîndrilă



Editori:
SILVIU DRAGOMIR
VASILE DEM. ZAMFIRESCU

Redactor:
ANCA PREDA

Coperta colecției:
FABER STUDIO (Silvia Olteanu și Dinu Dumbrăvician)

Tehnoredactarea computerizată:
EXPERT EDIT SRL

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României
BERNE, ERIC
Ce spui după „bună ziua"? : Psihologia destinului uman / Eric Berne ; trad.: Anacaona Mândrilă. - București : Editura Trei, 2006
ISBN (10) 973-707-085-2 ; ISBN (13) 978-973-707-085-2

I. Mândrilă, Anacaona (trad.)

615.851

Această carte a fost tradusă după:

WHAT DO YOU SAY AFTER YOU SAY HELLO? The Psychology of Human Destiny, Eric Berne, Bantam Books, 1972

This Translation published by arrangement with Random House, an imprint of Random House Publishing Group, a division of Random House, Inc.

C.P. 27-0490, București
Tel./Fax: +4 021 300 60 90
e-mail: office@edituratrei.ro
www.edituratrei.ro

ISBN (10) 973-707-085-2; ISBN (13) 978-973-707-085-2

CUPRINS

PARTEA A TREIA
Scenariul în acțiune

PARTEA A PATRA
Scenariul în practica clinică

PARTEA A CINCEA
Abordări științifice ale teoriei scenariului de viață

NOTĂ ASUPRA TRADUCERII

Transpunerea lucrării lui Eric Berne în limba română a presupus anumite dificultăți, ca urmare a faptului că textul reprezintă una dintre primele „cărămizi" în construirea orientării analizei tranzacționale. Drept urmare, autorul s-a folosit de libertatea de novator în alegerea termenilor care să-i descrie cel mai bine ideile și conceptele. Am încercat, la rândul meu, să propun în traducere termenii echivalenți optimi, care să respecte cu fidelitate ideile autorului și totodată limba română, astfel încât să se poată constitui într-un adevărat lexic specific analizei tranzacționale.

Cunoscând faptul că există pe piața românească o serie de cărți din domeniul analizei tranzacționale în care terminologia diferă de cea folosită în prezenta traducere, îmi voi expune în continuare, pe scurt, alegerile în privința a patru categorii de termeni.

În primul rând, există termeni care au echivalent în limba română și care, în alte lucrări, nu au fost traduși; am preferat să nu fac importuri lingvistice nejustificate. Mă refer în primul rând la *script*, pentru care am folosit „scenariu de viață" sau, din motive de economie, doar „scenariu". De asemenea, este cazul termenului *stroke*; este adevărat că în limba engleză el are și sensul de mângâiere, și sensul de lovitură, dar Berne îl definește clar drept modalitatea prin care mama îi oferă confirmare pruncului ei, așa că am considerat că poate fi vorba doar despre „mângâiere" și l-am tradus ca atare. Oarecum în aceeași categorie intră și adjectivul *ulterior* (cu referire la tranzacții și la motive), tradus anterior prin „ulterior"; are și

acest sens în limba engleză, dar este sensul secundar, cel principal și care se aplică în lucrarea lui Berne fiind „ascuns".

Există apoi termeni intraductibili ca atare; mă refer la adjectivele *scripty* și *gamy*. Cum de la substantivele „scenariu" și „joc" nu se poate obține o formă adjectivală corespunzătoare, am recurs la echivalarea acestor termeni prin expresiile „în ton cu scenariul" și „în ton cu jocul". Este și cazul termenului *injunction*, în privința căruia autorul precizează faptul că îl folosește cu sensul de hotărâre judecătorească, definitivă și irevocabilă. Traducerea lui prin „hotărâre judecătorească" ar fi fost nu numai greoaie, ci și cu tentă absurdă în anumite contexte, astfel că am ales echivalentul „poruncă", a cărui greutate am considerat că surprinde nuanțele dorite de autor. Un caz aparte îl reprezintă termenul *trading stamp*, care ține de practica specifică anumitor lanțuri de magazine americane de a-și răsplăti cumpărătorii fideli prin cupoane valorice care să fie preschimbate ulterior în bunuri, practică neîntâlnită în comerțul românesc și, de altfel, aproape dispărută și în cel american. Am ales să-l traduc prin „cupon"; o variantă ar fi fost cea de „talon" — practica taloanelor de concurs din diferite publicații semănând cel mai bine cu cea la care se referă Berne —, dar ambiguitatea dată de polisemia cuvântului m-a determinat să nu-l folosesc.

O caracteristică a stilului lui Eric Berne este folosirea termenilor argotici; argoul englezei americane este incomparabil mai bogat față de argoul limbii române, astfel că în majoritatea cazurilor am recurs la cuvinte din lexicul uzual. A fost cazul cuvântului *con*, al cărui sens principal (și totodată cel vizat de autor) este cel de înșelăciune bazată pe abuz de încredere sau pe naivitatea victimei; l-am tradus prin „păcăleală". De asemenea, am ales varianta „răsplată" pentru *payoff*, termen folosit în lumea interlopă pentru a denumi o sumă plătită ca mită sau în urma șantajului. Ambele alegeri au fost motivate de dorința de a păstra caracterul economic al terminologiei folosite de Berne, cu denaturarea minimă a sensului. Termenul *racket*, cu sensul de loc concesionat sau tarabă concesionată într-un parc de distracții, a fost ales de Berne pentru a denumi trăirea afectivă urmărită cu predilecție de o persoană; am ales drept echivalent „concesiune", cu scopul de a sublinia modul exclusivist în care individul se raportează la simțământul său predilect. Traducerea termenilor *gimmick* prin „chichiță" și *crossup* prin „derută" a urmărit, de asemenea, redarea cât mai fidelă a semnificației date de autor acestor termeni. Este și cazul termenilor *The Connection* și *The Patsy*, folosiți de Berne pentru a denumi două roluri secundare din cadrul scenariului; i-am tradus prin „Relația" (dat fiind sensul, încetățenit în limba română, de persoană care dispune de resursele necesare pentru a înlesni un lucru altfel dificil de realizat) și „Manipulatul".

În sfârșit, au existat termeni și expresii ce reprezintă pur și simplu invenții ale lui Berne, el folosindu-se de flexibilitatea limbii engleze pentru a-și denumi cât mai sintetic și mai descriptiv conceptele. Este vorba despre *reach back* și *afterburn*; în cazul lor am recurs la echivalenți aleși pe baza definițiilor date de autor, anume „presiune anticipată" și respectiv „presiune ulterioară", considerând că exprimă la fel de sintetic și descriptiv conceptele în cauză. În aceeași situație se află expresiile *clock time* și *goal time*, pentru care am recurs la variantele „timp-cronometru" și „timp-obiectiv".

Pentru ușurința raportării cititorului la alte traduceri din domeniul analizei tranzacționale în care s-au făcut alte alegeri terminologice, am menționat în text și varianta în limba engleză a tuturor termenilor importanți și, de asemenea, am păstrat-o în paranteză în *Glosarul* existent la finalul cărții.

Anacaona Mîndrilă

PREFAȚĂ

Această carte se înscrie în șirul lucrărilor mele anterioare pe tema orientării tranzacționale și conturează noile dezvoltări teoretice și practice apărute în ultimii cinci ani, în principal progresele rapide în analiza scenariului de viață. În această perioadă a crescut foarte mult numărul terapeuților formați în analiza tranzacțională. Ei testează teoriile deja acceptate, în domenii foarte diferite, printre care industria, reeducarea, educația și politica, dar și într-o diversitate de situații clinice. Mulți dintre ei aduc contribuții originale, după cum se menționează în text și în notele de subsol.

Cartea de față este gândită în principal ca un manual avansat de psihoterapie; specialiștii cu diferite orientări nu vor avea nici o dificultate în a traduce în propriul lor dialect cronicile scurte, simple ale analizei tranzacționale. Fără îndoială că o vor citi și unii neprofesioniști, motiv pentru care am încercat s-o fac accesibilă și pentru ei. S-ar putea să necesite gândire, dar sper că nu va presupune și decodificare.

Psihoterapia convențională folosește de obicei trei dialecte: terapeut-terapeut, terapeut-pacient și pacient-pacient; ele se deosebesc la fel mult între ele ca dialectul mandarin și cel cantonez sau greaca veche și greaca modernă. Experiența arată că, dacă se renunță la dialecte, pe cât posibil, în favoarea unei *kua-yu* sau *lingua franca* a fondului lexical de bază, se îmbunătățește „comunicarea" pe care și-o doresc cu ardoare atâția terapeuți (și pe care o lasă cu atâta perseverență să aștepte, cum s-ar zice, în fața altarului). Am încercat să evit moda, atât de răspândită în științele sociale, comportamen-

tale și psihiatrice, de a ascunde nesiguranța prin redundanță și vagul prin prolixitate — practică ale cărei origini pot fi găsite la Facultatea de Medicină a Universității din Paris, în secolul al XIV-lea.

Acest stil mi-a adus învinuiri de „popularizare" și „suprasimplificare" — termeni ce amintesc acuzațiile de „cosmopolitanism burghez" și „deviație capitalistă" formulate de fostul Comitet Central. Având de ales între mister și deschidere, între sofisticare și simplitate, m-am alăturat „mulțimii", aruncând ici și colo câte un cuvânt „mare" pe post de hamburger care să-i distragă pe câinii de pază ai academiilor, în vreme ce eu o șterg pe ușa de la subsol și le spun „Bună ziua" prietenilor mei.

E aproape imposibil să mulțumesc tuturor acelora care au ajutat la dezvoltarea analizei tranzacționale, de vreme ce numărul lor se ridică acum la câteva mii. Cei pe care îi cunosc cel mai bine sunt membrii formatori din Asociația Internațională de Analiză Tranzacțională și membrii Seminarului de Analiză Tranzacțională din San Francisco, la care particip cu regularitate în fiecare săptămână. Printre practicienii cel mai activ preocupați de analiza scenariului de viață se numără Carl Bonner, Melvin Boyce, Michael Breen, Viola Callaghan, Hedges Capers, Leonard Campos, William Collins, Joseph Concannon, Patricia Crossman, John Dusay, Mary Edwards, Franklin Ernst, Kenneth Everts, Robert Goulding, Martin Groder, Gordon Haiberg, Thomas Harris, James Horewitz, Muriel James, Pat Jarvis, Stephen Karpman, David Kupfer, Pamela Levin, Jack Lindheimer, Paul McCormick, Jay Nichols, Margaret Northcott, Edward Olivier, W. Ray Pointdexter, Solon Samuels, Myra Schapps, Jacqui Schiff, Zelig Selinger, Claude M. Steiner, James Yates și Robert Zechnich.

În plus, vreau să-i mulțumesc secretarei mele din San Francisco, Pamela Blum, care a avut grijă ca Seminarul să se desfășoare fără dificultăți și a contribuit cu propriile idei; de asemenea, succesoarelor ei, Elaine Wark și Arden Rose, și mai ales secretarei mele din Carmel, doamna Mary N. Williams — fără conștiinciozitatea, îndemânarea și devotamentul ei, manuscrisul acesta, cu toate variantele și modificările aduse, n-ar fi văzut lumina tiparului. Fiul meu, Terence, în vârstă de cincisprezece ani, m-a ajutat cu pricepere la colaționarea bibliografiei și la desene, precum și la alte detalii ale manuscrisului, iar fiica mea, Ellen Calcaterra, l-a citit și a făcut multe sugestii valoroase. În final, vreau să mulțumesc pacienților mei pentru încrederea cu care mi s-au dezvăluit și pentru că m-au lăsat să plec în vacanțe, ca să pot gândi; de asemenea, milioanelor de cititori din cel puțin cincisprezece țări, care m-au încurajat prin interesul cu care au citit una sau alta dintre lucrările mele.

SEMANTICĂ

La fel ca în alte cărți ale mele, pronumele *el* se referă la ființe umane de ambele sexe, în vreme ce pronumele *ea* este folosit atunci când consider că o afirmație se aplică mai mult femeilor decât bărbaților; uneori, *el* este întrebuințat și pentru simplitate gramaticală, pentru a-l deosebi pe terapeut (bărbat) de pacient. Sper ca femeile emancipate să nu înțeleagă greșit aceste convenții sintactice. Afirmația *este* înseamnă că am o convingere rezonabil de fermă, bazată pe experiența clinică proprie sau a altora, în legătură cu respectivul aspect. Expresia *pare să fie* înseamnă că aștept confirmări ulterioare înainte de a mă pronunța categoric. O parte a studiilor de caz a fost extrasă din propria mea experiență, iar restul, din cele prezentate la seminarii și la ședințele de supervizare; unele sunt compuse din mai multe cazuri. Le-am prezentat pe toate astfel încât persoanele în cauză să nu poată fi recunoscute, deși am reprodus cu fidelitate incidentele sau dialogurile semnificative.

Eric Berne

Partea I

CONSIDERAȚII GENERALE

Capitolul 1
INTRODUCERE

A. Ce spui după „Bună ziua"?

Această întrebare copilărească, aparent foarte simplă și lipsită de profunzimea așteptată în cazul unui demers științific, cuprinde în ea toate întrebările esențiale ale existenței umane și problemele fundamentale ale științelor sociale. Este întrebarea pe care copiii mici „și-o adresează" lor înșile, la care copiii mai mari învață să accepte răspunsuri deformate, pe care adolescenții și-o pun unii altora și celor care îi sfătuiesc, de care adulții scapă acceptând răspunsurile deformate ale celor mai buni ca ei și despre care bătrânii filosofi înțelepți scriu cărți fără a găsi vreodată răspunsul. Ea conține atât întrebarea fundamentală a psihologiei sociale: „De ce vorbesc oamenii unii cu alții?", cât și întrebarea fundamentală a psihiatriei sociale: „De ce le place oamenilor să fie agreați?" Răspunsul ei e și răspunsul la întrebările puse de cei patru Călăreți ai Apocalipsei: război sau pace, foamete sau belșug, molimă sau sănătate, moarte sau viață? Nu-i de mirare că puțini oameni îl află în timpul vieții, de vreme ce majoritatea își traversează existența fără a găsi măcar răspunsul la întrebarea care o precede: „Cum spui bună ziua?"

B. Cum spui „Bună ziua"?

În asta constă secretul budismului, al creștinismului, al iudaismului, al platonismului, al ateismului și, mai presus de

toate, al umanismului. Faimosul „sunet al unei mâini care aplaudă" din Zen este sunetul vocii unei persoane care spune „bună ziua" altei persoane și, de asemenea, sunetul Regulii de Aur, indiferent în ce Biblie ar fi ea exprimată. A spune „bună ziua" corect înseamnă a-l vedea pe celălalt, a fi conștient de el ca fenomen, a fi prezent pentru el și pregătit ca el să fie prezent pentru tine. Poate că oamenii care demonstrează cel mai bine această capacitate sunt băștinașii din insula Fiji, al căror zâmbet autentic reprezintă una dintre rarele nestemate ale lumii. Apare lent, luminează întreaga față, persistă suficient încât să fie clar recunoscut și să exprime totodată recunoaștere clară și se stinge cu o încetineală tainică. În alte părți ale lumii își găsește pereche doar în zâmbetul cu care se întâmpină unul pe altul, în cel mai spontan mod, mama și sugarul și, de asemenea, în țările vestice, doar într-un anumit tip de personalitate deschisă.*

Cartea de față pune în discuție patru întrebări: cum spui bună ziua, cum răspunzi la bună ziua, ce spui după bună ziua și, în principal, trista problemă: ce face toată lumea în loc să spună bună ziua? La aceste întrebări voi răspunde în continuare pe scurt, iar explicarea răspunsurilor va ocupa tot restul prezentului manual de psihiatrie, care se adresează în primul rând terapeuților, în al doilea rând, pacienților aflați în curs de vindecare și în al treilea rând, tuturor celor care vor să asculte.

1. Ca să spui bună ziua, trebuie mai întâi să scapi de tot gunoiul care s-a acumulat în mintea ta încă de când ai venit acasă de la maternitate și apoi să-ți dai seama că acest salut anume, din momentul prezent, este irepetabil. S-ar putea să ai nevoie de ani buni ca să înveți să faci asta.

2. Ca să răspunzi la bună ziua, trebuie să scapi de tot gunoiul din mintea ta și să vezi că există o persoană care stă în fața ta sau trece pe lângă tine, așteptând ca tu să-i răspunzi

* Un lucru ciudat: din experiența mea, asemenea zâmbete se întâlnesc cel mai adesea la fetele între douăzeci și treizeci de ani, cu părul brunet și lung.

la salut. Și ca să înveți să faci *asta* e posibil să ai nevoie de ani întregi.

3. După ce spui bună ziua, trebuie să scapi de tot gunoiul care-ți revine în minte: de toate presiunile ulterioare ale nedreptăților pe care le-ai trăit și de toate presiunile anticipate necazurilor în care ai de gând să intri. În felul ăsta vei amuți și nu vei avea nimic de spus. După ani de exercițiu, s-ar putea să te gândești la ceva care să merite spus.

4. Cartea de față se ocupă în mare parte cu gunoiul menționat, adică cu ceea ce-și fac oamenii unii altora în loc să spună bună ziua. Am scris-o cu speranța ca aceia cu pregătirea și cu talentul necesare se pot ajuta pe ei înșiși și-i pot ajuta și pe ceilalți să identifice ceea ce eu numesc (într-un sens filosofic) „gunoi", fiindcă pentru a răspunde la celelalte trei întrebări trebuie în primul rând să înțelegi ce e gunoi și ce nu. Am numit „marțian" stilul de vorbire al oamenilor care învață să spună bună ziua, pentru a-l deosebi de vorbirea pământeană de zi cu zi, care — după cum ne arată istoria, din cele mai vechi timpuri atestate prin documente în Egipt și Babilonia și până în zilele noastre — a dus la războaie, foamete, epidemii și moarte, iar în cazul supraviețuitorilor, la un anumit grad de confuzie mentală. Să sperăm că, pe termen lung, învățată și predată cum se cuvine, marțiana va contribui la eliminarea acestor calamități. Marțian este, spre exemplu, limbajul viselor, care arată lucrurile așa cum sunt ele în realitate.

C. O ilustrare

Pentru a ilustra valoarea posibilă a acestei abordări, ne vom referi la un pacient pe moarte, adică un pacient care suferă de o boală incurabilă și mai are doar un timp limitat de trăit. Lui Mort, un bărbat de treizeci de ani, afectat de o formă de cancer cu evoluție lentă, incurabilă în stadiul actual

al cunoştinţelor noastre, i s-a spus că-i mai rămân în cel mai rău caz încă doi ani de viaţă, iar în cel mai bun caz, cinci. A venit la psihiatru fiindcă îl supărau ticurile: clătinatul din cap şi bâţâitul din picior, din motive pe care nu le cunoştea. În grupul său de terapie, Mort a descoperit în scurt timp explicaţia: îşi stăvilea temerile în spatele unui zid continuu de muzică pe care o asculta în minte, iar ticurile constituiau modul lui de a ţine ritmul acelei muzici. S-a stabilit prin observaţii atente că lucrurile stăteau aşa şi nu invers, adică nu muzica mentală ţinea ritmul cu ticurile, ci mişcările corporale ţineau ritmul cu ea. În acest punct, toată lumea, inclusiv Mort, şi-a dat seama că dacă muzica ar fi înlăturată prin psihoterapie, s-ar descătuşa un imens rezervor de nelinişte. Consecinţele acestui fapt nu puteau fi anticipate, decât dacă se reuşea înlocuirea temerilor lui Mort cu emoţii mai agreabile. Ce era de făcut?

În scurt timp, a ieşit la iveală faptul că toţi membrii grupului ştiau că vor muri mai devreme sau mai târziu şi toţi nutreau, în legătură cu asta, sentimente pe care le ascundeau în diverse moduri. La fel ca în cazul lui Mort, timpul şi eforturile investite de aceşti oameni pentru a-şi ascunde simţămintele erau un fel de plăţi, acceptate prin şantaj, pe care le făceau Morţii, iar asta îi împiedica să se bucure din plin de viaţă. Astfel stând lucrurile, ei puteau trăi mai mult, în cei douăzeci sau cincizeci de ani cât mai aveau la dispoziţie, decât ar fi reuşit Mort în cei doi, maximum cinci ani care-i rămăseseră. S-a stabilit pe această cale că importantă este nu durata, ci calitatea vieţii: o descoperire deloc neaşteptată sau inedită, dar făcută într-un mod mai impresionant decât de obicei, datorită efectului profund exercitat asupra tuturor de prezenţa unui om pe moarte.

Ceilalţi membri ai grupului (care înţelegeau marţiana, limbă pe care i-au predat-o bucuroşi lui Mort şi pe care acesta a învăţat-o cu plăcere) erau de acord că a trăi înseamnă tot felul de lucruri simple, cum ar fi să vezi copacii, să auzi păsările cântând şi să le spui oamenilor bună ziua: experienţe caracterizate de spontaneitate şi de conştientizarea momentului prezent, fără dramatisme şi fără ipocrizie, cu rezervă şi bună-cuviinţă. De asemenea, ei au căzut de acord că pentru a face asemenea lucruri, aveau nevoie cu toţii, inclusiv Mort, să se debaraseze de gunoiul din mintea lor. Când au înţeles că, într-un fel, situaţia acestuia nu era cu mult mai tragică decât a lor, tristeţea şi timiditatea cauzate de prezenţa lui au dispărut. Puteau acum să se veselească împreună, puteau discuta ca de la egal la egal. Membrii grupului îşi puteau permite să fie duri cu Mort în privinţa gunoiului din mintea lui, pentru că el ajunsese să înţeleagă valoarea şi motivaţia acestei asprimi; la rândul lui, Mort avea privilegiul de a fi dur cu membrii grupului în legătură cu gunoiul *lor*. Drept urmare, Mort a renunţat la identitatea de canceros şi şi-a reluat statutul de membru al speciei umane, deşi toată lumea, inclusiv el, înţelegea pe deplin că situaţia sa era mai drastică decât a tuturor celorlalţi.[1]

Această împrejurare ilustrează mai limpede decât multe altele patetismul şi profunzimea problemei lui „bună ziua", problemă care, în cazul lui Mort, a traversat trei stadii. La început, când Mort a intrat în grup, ceilalţi nu ştiau că e un om condamnat şi i s-au adresat în stilul pe care şi-l creaseră în cadrul grupului. În esenţă, atitudinea fiecărui membru era stabilită de educaţia primită — de felul cum îl învăţaseră părinţii să întâmpine oamenii, de unele ajustări deprinse mai târziu în viaţă şi de un respect şi o sinceritate anume, adecvate psihoterapiei. Mort, ca nou-venit, a reacţionat aşa cum ar fi făcut-o oriunde altundeva, prefăcându-se a fi băiatul american ambiţios şi plin de viaţă pe care şi l-au dorit părinţii lui. Dar când a afirmat, în a treia şedinţă, că e un om condamnat,

---

1 Avantajele revenirii la viaţă în loc de a aştepta moartea sunt descrise în: (1) „Terminal Cancer Ward: Patients Build Atmosphere of Dignity." *Journal of the American Medical Association*. 208: 1289, 26 mai 1969. (2) Klagsbrun, S.C. „Cancer Emotions, and Nurses." *Summary of Scientific Proceedings*. A 122-a Conferinţă Anuală a Asociaţiei Psihiatrilor Americani, Washington, D.C., 1969.

ceilalți membri s-au simțit confuzi și trădați. Se întrebau dacă au spus ceva care să-i fi prezentat într-o imagine nefavorabilă în ochii proprii și ai lui Mort, dar mai ales în ochii terapeutului. De fapt, păreau furioși atât pe Mort, cât și pe terapeut pentru că nu le-au dezvăluit mai devreme acest lucru important — aproape de parcă ar fi fost trași pe sfoară. Practic, ei îi spuseseră lui Mort un „bună ziua" standardizat, fără să-și dea seama cu cine vorbesc. Acum, fiindcă știau că el e o persoană aparte, ar fi vrut să dea timpul înapoi și s-o ia de la început, caz în care s-ar fi purtat altfel.

Așa că au luat-o de la început. În loc să vorbească deschis, ca înainte, i s-au adresat cu blândețe și precauție, de parcă ar fi spus: „Vezi ce eforturi fac ca să fiu plin de înțelegere față de tragedia ta?" Nici unul dintre membrii grupului nu mai voia acum să-și riște reputația vorbindu-i răspicat unui om pe moarte și, mai presus de toate, nimeni nu îndrăznea să râdă prea îndelungat sau prea tare în prezența lui. Dar noua atitudine era nedreaptă, pentru că îi dădea lui Mort un avantaj. Situația s-a corectat după ce s-a rezolvat problema a ceea ce putea face Mort; tensiunea a dispărut și membrii grupului au putut să se întoarcă și să o ia de la capăt pentru a treia oară, vorbindu-i ca unui membru al speciei umane, fără rețineri. Așadar, cele trei stadii au fost reprezentate printr-un „bună ziua" superficial, un „bună ziua" încordat, plin de compasiune, și un „bună ziua" relaxat, real.

Zoe nu-i poate spune bună ziua lui Mort până când nu află cine este el, iar asta se poate schimba de la o săptămână la alta, ba chiar de la o oră la alta. De fiecare dată când se întâlnesc, ea știe despre el ceva mai mult decât știa la întâlnirea anterioară și trebuie să-l salute într-un mod ușor diferit, dacă vrea să țină pasul cu progresul prieteniei lor. Dar cum e imposibil ca ea să știe totul despre Mort sau să anticipeze toate schimbările, nu poate să-i adreseze un „bună ziua" perfect, ci doar să se apropie din ce în ce mai mult de acel salut desăvârșit.

D. Strângerea de mână

Mulți pacienți care vin prima oară la psihiatru, fiind poftiți în cabinet, se prezintă și dau mâna cu acesta. Ba mai mult, unii psihiatri întind mâna primii. Eu am o altă politică în privința strângerii mâinii. Dacă pacientul întinde mâna într-un fel plin de viață, i-o strâng, pentru a nu fi nepoliticos, dar într-un mod care să nu mă angajeze cu nimic, pentru că mă întreb de ce este așa entuziast. Dacă mi-o oferă într-un stil care sugerează că face gestul pentru că așa cer bunele maniere, îi răspund cu politețe egală, astfel încât să fim înțeleși: acest ritual amabil nu va avea nici un amestec în treaba pe care o avem de făcut împreună. Dacă pacientul întinde mâna într-un mod care indică disperarea, atunci i-o strâng cu putere, încurajator, pentru ca el să știe că-i înțeleg nevoia. Dar felul cum intru în sala de așteptare, expresia de pe fața mea și poziția brațelor mele arată foarte clar, chiar și celor nou-veniți, că această manifestare de politețe va fi omisă dacă ei nu vor insista. Prin asta intenționez să demonstrez — și de regulă reușesc — că pacientul și cu mine ne aflăm acolo pentru lucruri mult mai serioase decât a dovedi că suntem oameni de treabă sau a face schimb de politețuri. Principalul motiv pentru care nu dau mâna cu pacienții este acela că nu-i cunosc, și nu mă aștept ca ei să dea mâna cu mine, pentru că nici ei nu mă cunosc; de asemenea, pe unii oameni care vin la psihiatru îi deranjează să fie atinși, astfel că evitarea atingerii reprezintă un gest de politețe față de ei.

Sfârșitul interviului este cu totul altceva. În acel moment știu deja multe despre pacient, iar el știe, de asemenea, câte ceva despre mine. Prin urmare, când pleacă, îmi fac o datorie din a-i strânge mâna, și cunosc destule despre el pentru a face gestul așa cum trebuie. Această strângere de mână are o semnificație foarte importantă pentru pacient: înseamnă că îl accept*

* Termenul „acceptare" nu este folosit aici în sensul său imprecis, sentimental, ci înseamnă, concret, că sunt dispus să petrec mai mult timp cu pacientul. Asta presupune un angajament serios, care, în

chiar și după ce mi-a spus toate lucrurile „rele" despre el. Dacă are nevoie de încurajare, îi voi strânge mâna în așa fel încât să-l încurajez; dacă are nevoie să-și afirme masculinitatea, strângerea mea de mână îi va sublinia propria-i masculinitate. Asta nu e o manevră bine gândită de a-l seduce pe pacient, ci un mod spontan și liber consimțit de a-i arăta recunoaștere așa cum îl cunosc la acel moment, după ce am discutat împreună o oră despre grijile lui cele mai intime. Pe de altă parte, dacă m-a mințit din rea-voință, nu din jenă firească, sau a încercat să mă exploateze ori să mă intimideze, nu-i strâng mâna, ca să înțeleagă că va trebui să se comporte altfel dacă vrea să fiu de partea lui.

Cu femeile, lucrurile stau oarecum diferit. Dacă o pacientă anume are nevoie de un semn palpabil că o accept, îi voi strânge mâna într-un mod adecvat nevoilor sale; dacă o alta evită contactul cu bărbații (lucru pe care am avut timp să-l aflu pe parcursul interviului), îmi iau la revedere într-o manieră corectă și o las să plece fără să-i strâng mâna. Acest din urmă caz ilustrează cel mai clar motivul pentru care nu folosesc strângerea de mână ca pe un mod de a-mi întâmpina pacienții: dacă dau mâna cu o astfel de pacientă la început, înainte să știu cu cine am de a face, îi trezesc aversiunea. De fapt, procedând astfel, am dat buzna peste ea și am insultat-o înainte de interviu, forțând-o, în numele bunelor maniere și împotriva tendinței sale lăuntrice, să mă atingă și să mă lase să o ating, chiar dacă politicos.

În grupurile de terapie urmez o politica similară. Nu spun „bună ziua" când intru, pentru că nu i-am văzut pe membrii grupului o săptămână întreagă și nu știu pe cine salut. Un salut cordial, vesel poate fi chiar deplasat în lumina a ceea ce li s-a întâmplat în acest interval. În schimb, am mare grijă să spun „la revedere" fiecărui membru în parte la sfârșitul întâlnirii, pentru că atunci știu pe cine salut și cum să o fac în fiecare caz în parte. De exemplu, să presupunem că unei

anumite cazuri, poate însemna unul sau mai mulți ani de răbdare, eforturi, suișuri, coborâșuri și trezit de dimineață.

femei din grup i-a murit mama în intervalul scurs de la ultima noastră întâlnire. Un „bună ziua" jovial din partea mea i s-ar părea deplasat. S-ar putea să-mi ierte salutul nepotrivit, dar nu e nevoie să o pun în situația de a face acest efort. La încheierea întâlnirii, cunoscându-i suferința, știu cum să-i spun „la revedere".

E. Prietenii

În contextul social, lucrurile stau altfel, de vreme ce prietenii există ca să-ți ofere mângâiere (în original, *stroke*). În cazul lor, „bună" și „la revedere" variază de la o strângere de mână prietenoasă la o îmbrățișare caldă, în funcție de ceea ce sunt pregătiți să primească și de ceea ce au nevoie; alteori, atitudinea față de ei este cea de tachinare afectuoasă, cu scopul de a evita implicarea prea profundă, un fel de „spune-o cu zâmbetul pe buze". Dar un lucru în viață e mai sigur decât impozitele și la fel de sigur ca moartea: cu cât îți faci mai curând prieteni noi, cu atât mai curând vei avea prieteni vechi.

F. Teoria

Cam atât în ceea ce privește „bună ziua" și „la revedere". Ceea ce se întâmplă în intervalul dintre ele intră sub incidența unei teorii specifice despre personalitate și dinamica grupului, teorie ce constituie totodată și o metodă terapeutică, cunoscută sub numele de analiză tranzacțională. Pentru a putea aprecia ceea ce urmează, este necesară mai întâi înțelegerea principiilor acestei orientări.

Capitolul 2

PRINCIPIILE ANALIZEI TRANZACȚIONALE

Principiile analizei tranzacționale au fost descrise anterior cu numeroase ocazii. Prezentarea cea mai detaliată a acestor principii poate fi găsită în lucrarea autorului intitulată *Analiza tranzacțională în psihoterapie*[2]; aplicarea lor în dinamica grupurilor este conturată în *Structura și dinamica organizațiilor și grupurilor*[3]; utilizarea în analiza jocurilor este descrisă în *Jocuri pentru adulți*[4]; aplicațiile clinice pot fi găsite în *Principiile terapiei de grup*[5], iar un rezumat al teoriei există, într-o formă accesibilă, în lucrarea *Ghid de psihiatrie și psihanaliză pentru nespecialiști*[6]. Prin urmare, aici voi face doar o descriere sumară, pentru acei cititori care nu au la îndemână nici una dintre aceste lucrări.

---

2 Berne, E. *Transactional Analysis in Psychotherapy*. Grove Press, New York, 1961.

3 Berne, E. *Structure and Dynamics of Organizations and Groups*. J.B. Lippincott Company, Philadelphia, 1963. Grove Press (Paperback), New York, 1966.

4 Berne, E. *Games People Play*. Grove Press, New York, 1964. New York, 1967 (ediție broșată).

5 Berne, E. *Principles of Group Treatment*. Oxford University Press, New York, 1966. Grove Press, New York, 1968 (ediție broșată).

6 Berne, E. *A Layman's Guide to Psychiatry and Psychoanalysis*. Simon & Schuster, New York, 1968. Andre Deutsch, London, 1969. Grove Press (Paperback), New York 1962, pp. 277-306.

A. Analiza structurală

Interesul fundamental al analizei tranzacționale îl reprezintă studierea stărilor Eului — sisteme coerente de idei și trăiri afective manifestate prin modele de comportament corespunzătoare. Fiecare ființă umană manifestă trei tipuri de stări ale Eului. (1) Cele derivate din figurile parentale, denumite în mod curent Părintele. În starea de Părinte, individul simte, gândește, acționează, vorbește și reacționează exact la fel ca unul dintre părinții săi pe vremea când el era copil. Această stare a Eului este activă, de exemplu, în creșterea propriilor copii. Chiar și atunci când persoana nu-și manifestă concret această stare a Eului, ea îi influențează comportamentul, ca „influență parentală", îndeplinind funcțiile unei conștiințe. (2) Starea Eului în care persoana își evaluează în mod obiectiv mediul și calculează probabilitățile și posibilitățile acestuia pe baza experienței anterioare se numește starea de Adult a Eului sau Adultul. Adultul funcționează ca un computer. (3) Fiecare persoană poartă înăuntrul său o fetiță sau un băiețel care simte, gândește, acționează, vorbește și reacționează exact așa cum făcea persoana la o anumită vârstă a copilăriei — stare a Eului denumită Copilul. Copilul nu e privit drept „pueril" sau „imatur", termeni ce aparțin Părintelui, ci pur și simplu drept un copil de o anumită vârstă, iar factorul important îl reprezintă aici vârsta, care, în circumstanțe normale, se plasează undeva între doi și cinci ani. E important ca individul să-și înțeleagă Copilul, nu doar pentru că-l va însoți toată viața, ci și pentru că el reprezintă partea cea mai valoroasă a personalității sale.

Figura 1A își propune să prezinte diagrama completă a personalității oricărei ființe umane, cuprinzând tot ce simte, gândește, spune și face ea. (Forma abreviată, mai practică este înfățișată în figura 1B.) O analiză mai detaliată nu pune în evidență stări noi ale Eului, ci doar subdiviziuni în cadrul celor dintâi. Astfel, este evident că studiul atent va arăta în majoritatea cazurilor două componente parentale, una deri-

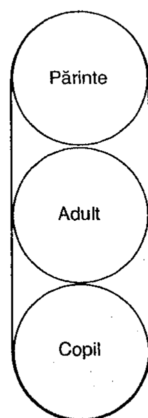
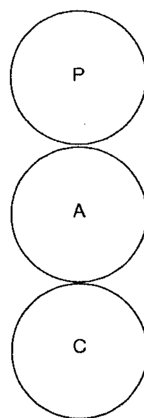


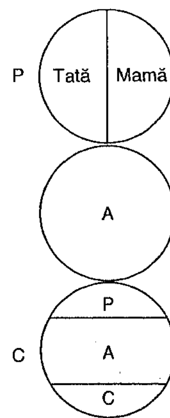
Diagrama structurală a personalității

Figura 1A



O diagramă structurală informală

Figura 1B

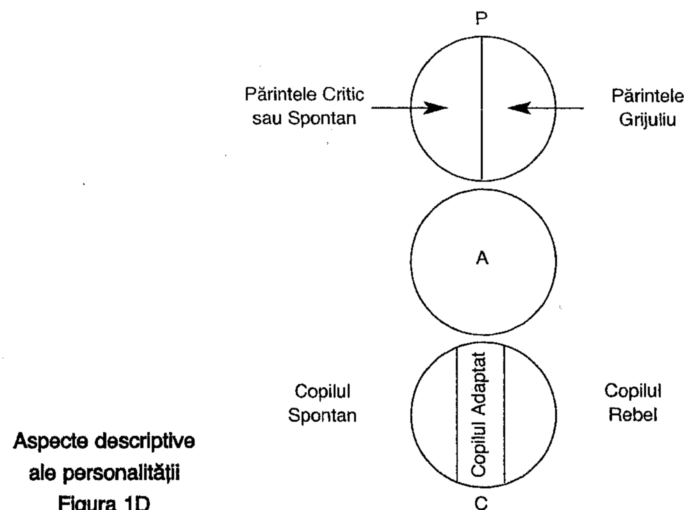


Diagramă structurală de gradul doi

Figura 1C

vată de la tată, cealaltă, de la mamă; de asemenea, se vor descoperi în interiorul stării de Copil a Eului componentele de Părinte, Adult și Copil, care erau deja prezente atunci când s-a fixat Copilul, după cum se poate confirma observând copiii mici în situații reale. Această analiză de gradul al doilea este reprezentată in figura 1C. Separarea unui model afectiv-comportamental de altul în diagnosticarea stărilor Eului este denumită *analiză structurală*. În text, stările Eului vor fi notate Părinte (P), Adult (A) și Copil (C), cu majuscule, iar prin părinte, adult, copil, fără majusculă, vor fi denumiți oamenii concreți.

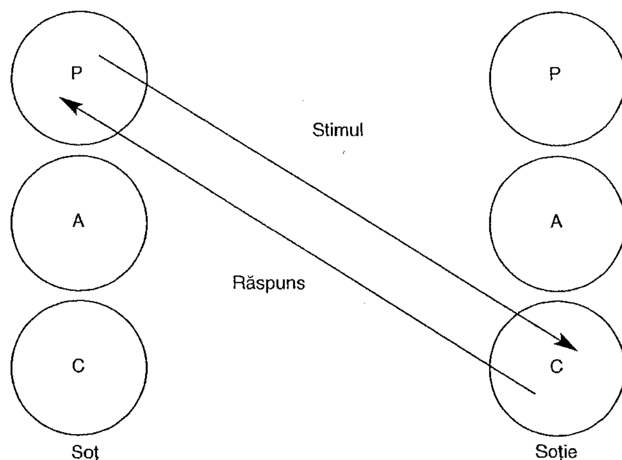
Vom întâlni, de asemenea, termeni al căror sens se înțelege de la sine sau care vor fi explicați: Părintele spontan sau grijuliu, Părintele critic, Copilul spontan, adaptat și rebel. Copilul „structural" este reprezentat prin diviziuni orizontale, în vreme ce Copilul „descriptiv" este înfățișat prin diviziuni verticale, ca în figura 1D.



Aspecte descriptive ale personalității
Figura 1D

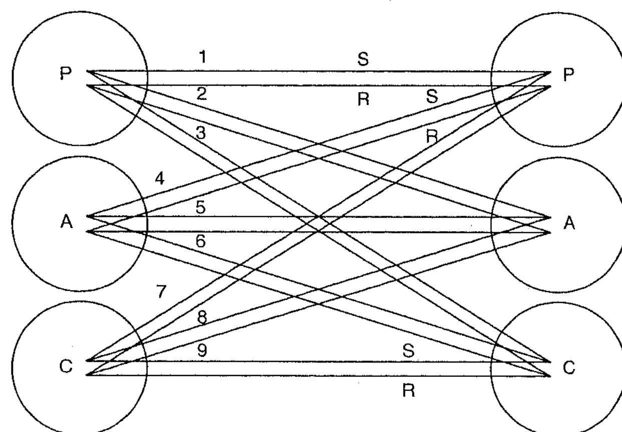
B. Analiza tranzacțională

Din cele de mai sus reiese că în interacțiunea dintre două persoane sunt implicate șase stări ale Eului — trei pentru fiecare persoană, ca în figura 2A. Pentru că stările Eului se deosebesc între ele la fel de mult cum se deosebesc și oamenii, este important de știut ce stare a Eului e activă la fiecare persoană în timpul interacțiunii. Ceea ce se întâmplă se poate reprezenta apoi prin săgeți trasate între cei doi „oameni" din diagramă. În cele mai simple tranzacții — cele numite complementare —, săgețile sunt paralele. Evident, există nouă tipuri de tranzacții complementare posibile (PP, PA, PC, AP, AA, AC, CP, CA, CC), după cum arată figura 2B. Figura 2A reprezintă, drept exemplu, o tranzacție PC între doi soți, în care stimulul pleacă de la starea de Părinte a Eului soțului către starea de Copil a Eului soției, iar răspunsul, de la Copilul ei către Părintele lui. În cea mai bună situație, diagrama poate reprezenta soțul care are grijă ca un părinte de soția



O tranzacție complementară PC-CP

Figura 2A



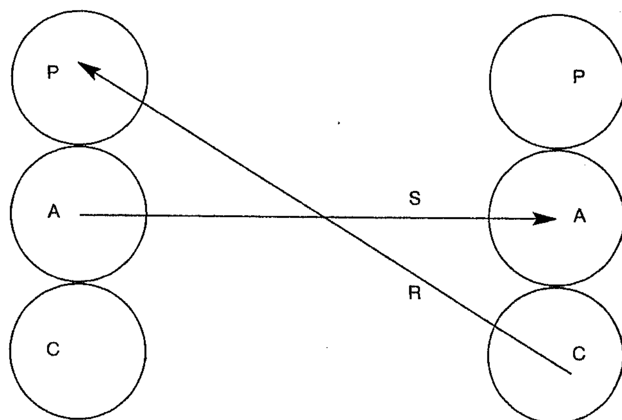
O diagramă relațională reprezentând nouă tipuri posibile de tranzacții complementare
Figura 2B

recunoscătoare. Atât timp cât tranzacțiile sunt complementare, cu săgeți paralele, comunicarea poate continua pe o durată nedefinită.

În figurile 3A și 3B, ceva a mers prost. În figura 3A, un stimul Adult-către-Adult (AA), cum ar fi cererea unei informații, primește un răspuns Copil-către-Părinte (CP), astfel că săgeata stimulului și cea a răspunsului se încrucișează în loc să fie paralele. O tranzacție de acest tip se numește *tranzacție încrucișată*; într-o astfel de situație comunicarea se întrerupe. Dacă, spre exemplu, soțul solicită o informație de genul „Unde sunt butonii mei?", iar soția îi replică „De ce dai mereu vina pe mine pentru tot ce se întâmplă?", a apărut o tranzacție încrucișată și cei doi nu mai pot discuta despre butonii de cămașă. E o tranzacție încrucișată de tipul I, care reprezintă forma obișnuită a reacției de transfer așa cum apare ea în terapie și, totodată, este tipul de tranzacție ce provoacă majoritatea problemelor din lumea asta. Figura 3B reprezintă o tranzacție încrucișată de tipul II, în care un stimul Adult-către-Adult (AA), cum ar fi o întrebare, primește un răspuns Părinte-către-Copil (PC), condescendent sau arogant. Este cel mai frecvent tip de reacție de contratransfer și cea de-a doua cauză foarte frecventă a problemelor ce apar în relațiile personale și politice.

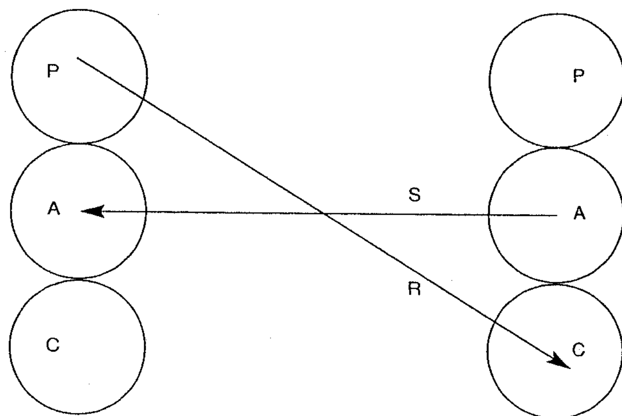
Cercetarea atentă a diagramei relaționale din figura 2B va arăta că, din punct de vedere matematic, sunt posibile 72 tipuri de tranzacții încrucișate (9x9=81 combinații, minus cele 9 care sunt complementare)*, dar, din fericire, numai vreo patru dintre ele apar suficient de des pentru a constitui o preocupare majoră în clinică sau în viața de zi cu zi. Acestea sunt cele descrise mai sus: tipul I (AA-CP), reacția de transfer, tipul II (AA-PC), reacția de contratransfer, plus tipul III (CP-AA), „reacția exasperantă", când cel care dorește compa-

* Acest fapt poate fi verificat reprezentând grafic fiecare tip sau înșiruindu-le în scris: PP-PA, PP-PC, PA-PP, PA-PC, și așa mai departe, până la CC-CA, după care unele dintre ele pot fi identificate în exemple din practica clinică sau din viața cotidiană.



Tranzacție încrucișată de tip I, AA-CP

Figura 3A



Tranzacție încrucișată de tip II, AA-PC

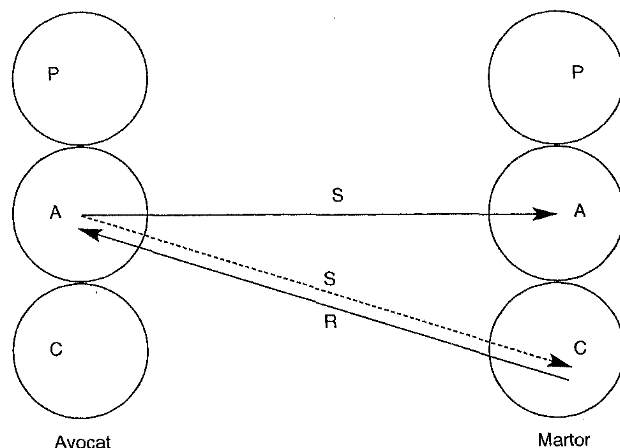
Figura 3B

siune primește în loc fapte, și tipul IV (PC-AA), „neobrăzare", când cel care se așteaptă la supunere primește în schimb ceea ce el consideră a fi un răspuns „impertinent", sub forma afirmării unei stări de fapt.

Tranzacțiile complementare și cele încrucișate sunt tranzacții simple, desfășurate pe un singur nivel. Există două tipuri de tranzacții ascunse sau pe două niveluri: unghiulare și duplex. Figura 4A reprezintă o tranzacție unghiulară în care un stimul clar Adult-către-Adult, cum ar fi un mesaj comercial care sună foarte rațional, este de fapt conceput astfel încât să-i activeze destinatarului o altă stare a Eului — fie Părintele, fie Copilul. Aici, linia continuă, Adult-către-Adult, reprezintă nivelul fățiș sau social al tranzacției, în vreme ce linia punctată reprezintă nivelul psihologic sau ascuns. Dacă tranzacția unghiulară reușește în acest caz, răspunsul va fi Copil-către-Adult, și nu Adult-către-Adult; dacă nu reușește, înseamnă că Adultul respondentului își păstrează controlul, astfel că răspunsul va veni de la Adult, nu de la Copil. Luând în considerare diferitele moduri în care pot fi implicate stările Eului, se poate vedea din diagrame (figurile 4A și 2B) că există 18 tipuri de tranzacții unghiulare încununate de succes, în care se răspunde pe linia punctată, și pentru fiecare dintre acestea există o tranzacție unghiulară eșuată, în care răspunsul este paralel cu linia continuă.

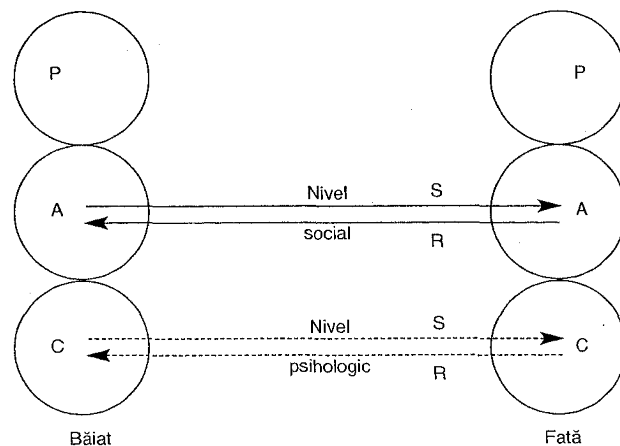
Figura 4B reprezintă o tranzacție duplex. În acest caz există două niveluri distincte, cel ascuns sau psihologic, subiacent, fiind diferit de cel social sau fățiș. Studierea diagramelor va arăta că sunt posibile 81^2 (adică 6 561) tipuri de tranzacții duplex*. Dacă le scădem pe acelea în care nivelul social și cel psihologic sunt identice (acestea fiind, de fapt,

* Aceasta se poate face după cum urmează: Se iau cele nouă tranzacții complementare din figura 2B și se adaugă cele 72 de tranzacții încrucișate. Pentru fiecare dintre aceste 81 posibilități la nivel social sau fățiș există aceleași 81 posibilități la nivel psihologic sau ascuns. Și de această dată, cel care a învățat să recunoască stările Eului în acțiune poate identifica multe dintre combinații în diferite situații clinice și personale.



O tranzacție unghiulară reușită (AA+AC) (CA)

Figura 4A



O tranzacție duplex (AA-AA) (CC-CC)

Figura 4B

cele 81 de tranzacții simple), rezultă că există de fapt 6 480 tipuri de tranzacții duplex. Din fericire, și dintre acestea, numai vreo șase ele au semnificație în practica clinică și în viața cotidiană.*

Cititorul se întreabă, poate, de ce sunt atât de multe cifre în această secțiune a cărții. Există trei motive. (1) Motivul Copilului este că multor oameni le plac cifrele. (2) Motivul Adultului constă în a demonstra că analiza tranzacțională are mai multă precizie decât majoritatea celorlalte teorii sociale și psihologice. (3) Motivul Părintelui este acela de a arăta că, în ciuda preciziei, ea nu îngrădește oamenii. De exemplu, dacă ne angajăm în doar trei tranzacții și de fiecare dată avem de ales între 6 597 variante, putem realiza cele trei tranzacții în 6 597^3 variante. Cu alte cuvinte, avem la dispoziție circa 300 miliarde de modalități diferite de a ne structura cele trei interacțiuni. Fără îndoială, asta ne oferă tot spațiul necesar pentru a ne exprima individualitatea. Înseamnă că întreaga populație a globului ar putea fi împărțită în cupluri și fiecare cuplu ar putea să aibă trei interacțiuni de 200 de ori la rând, fără ca vreunul dintre ele să repete vreodată comportamentul altui cuplu ori pe cel propriu anterior. De vreme ce majoritatea oamenilor se angajează zilnic în sute și mii de tranzacții, fiecare persoană are la dispoziție mii de miliarde de combinații. Chiar dacă un individ are o aversiune față de 5 000 din cele 6 597 de tipuri posibile de tranzacții și nu le folosește niciodată, îi rămâne oricum suficient de mult spațiu de manevră și nimic nu-i impune să se comporte stereotip, cu excepția cazului în care alege el singur să procedeze astfel. Iar

* (AA-AA)+(CC-CC) (ca în figura 4B), (AA-AA)+(PP-PP), (AA-AA)+(PC-CP), (PP-PP)+(CC-CC), (AA-AA)+(CA-CA), (AA-AA)+(PA-PA). Alte tipuri de tranzacții duplex țin de situații speciale, cum ar fi creșterea copiilor, activitatea didactică și psihiatria infantilă, unde nivelul fățiș poate fi, de exemplu, complementar (PC-CP, CC-CC) sau încrucișat (AA-CP, tip I), iar nivelul ascuns poate fi descris de oricare din cele 81 de posibilități. Pentru a le vizualiza, cel mai bine ar fi să desenați diagramele tranzacționale și apoi să le traduceți în situații reale.

dacă alege comportarea stereotipă — situație valabilă pentru majoritatea oamenilor —, nu este vina analizei tranzacționale, ci a altor influențe, care constituie subiectul principal al cărții de față.

De vreme ce acest sistem ca întreg, cu toate ramificațiile sale, este cunoscut sub numele de analiză tranzacțională, ceea ce am descris mai sus — analizarea unei singure tranzacții — se numește *analiză tranzacțională propriu-zisă* și constituie al doilea pas după analiza structurală. Analiza tranzacțională propriu-zisă dă o definiție riguroasă sistemului ca întreg, fapt care îi va interesa cu precădere pe cei formați în direcția metodologiei științifice. Tranzacția alcătuită dintr-un singur stimul și un singur răspuns, verbal sau nonverbal, reprezintă unitatea de bază a acțiunii sociale. Este numită tranzacție pentru că ambele părți obțin un câștig de pe urma ei, acesta fiind și motivul pentru care se angajează în ea[7]. Tot ce se întîmplă între doi sau mai mulți oameni se poate descompune într-o serie de tranzacții simple, fapt ce oferă toate avantajele pe care le poate obține o știință atunci când are un sistem bine definit de unități de bază.

Analiza tranzacțională este o teorie a personalității și a acțiunii sociale și o metodă clinică de psihoterapie, bazată pe analiza tuturor tranzacțiilor posibile între doi sau mai mulți oameni, pe baza stărilor Eului definite specific, având drept repere un număr finit de tipuri stabilite (nouă complementare, 72 încrucișate, 6 480 duplex și 36 unghiulare). Numai vreo 15 dintre acestea apar în mod curent în practică; restul prezintă un interes mai mult academic. Orice sistem sau

7 „Tranzacția sau schimbul pare a fi punctul central în jurul căruia au gravitat diferiți cercetători din domeniul științelor sociale. Nu pot decât să fiu de acord cu poziția lui Blau, și anume că schimbul este atât punctul comun de referință cel mai evident pentru toate științele sociale, cât și cel mai probabil element de construcție cu ajutorul căruia (adăugând liantul comunicării) putem alcătui analiza unor relații și structuri sociale mai complexe." Din recenzia lui Alfred Kuhn a lucrării semnate de Blau, Peter M., *Exchange and Power in Social Life*. Wiley, New York, 1964; în *Science* 147: 137, 8 ianuarie 1965.

abordare care nu se bazează pe analiza riguroasă a tranzacțiilor simple, descompunându-le în stările Eului specifice care le alcătuiesc, nu este analiză tranzacțională. Definiția de mai sus își propune, de fapt, să stabilească un model pentru toate formele posibile de comportament social uman. Acest model este eficient pentru că îndeplinește principiul economiei științifice (cunoscut uneori și sub numele de „briciul lui Ockham"*), avansând doar două premise: (1) ființele umane pot trece de la o stare a Eului la alta, și (2) când A spune ceva, iar B rostește ceva la scurt timp după aceea, se poate verifica dacă spusele lui B sunt sau nu un răspuns la spusele lui A. Modelul este, de asemenea, foarte eficient pentru că până acum, din miile și milioanele de interacțiuni între ființele umane, nu s-a găsit nici un exemplu care să nu poată fi explicat prin intermediul lui; este totodată riguros, fiind limitat de considerații aritmetice simple.

Cea mai bună modalitate de a înțelege „punctul de vedere tranzacțional" constă în întrebarea: „Ce anume din comportamentul unui copil de unu, doi sau trei ani ar corespunde comportamentului acestui adult?"

C. Structurarea timpului

Este de asemenea posibil să clasificăm serii lungi de tranzacții, mergând chiar până la durata unei vieți întregi, astfel încât comportamentul uman social semnificativ să poată fi anticipat, atât pe termen scurt, cât și pe termen lung. Asemenea șiruri de tranzacții au loc — chiar și atunci când aduc prea puțină satisfacție pulsională — pentru că majoritatea

* Principiu atribuit lui William de Ockham, logician englez din secolul al XIV-lea. Potrivit acestui principiu, aflat la baza reducționismului metodologic, cea mai bună explicație a unui eveniment este aceea care se dovedește a fi cea mai simplă, cea care folosește cel mai mic număr de premise sau ipoteze (*N. t.*).

oamenilor nu se simt deloc în largul lor dacă se află în fața unei perioade de timp nestructurate; prin urmare, ei găsesc perspectiva de a merge la un cocteil, de exemplu, mai puțin plicticoasă decât aceea de a sta singuri. Nevoia de a structura timpul se bazează pe trei tipuri de pulsiune sau de foame. Prima este *foamea de stimuli* sau *de senzații*. Departe de a încerca să evite situațiile stimulatoare, după cum au susținut unii, cele mai multe organisme, inclusiv ființele umane, le caută activ. Nevoia de senzații constituie motivul pentru care parcurile de distracții sunt rentabile și pentru care prizonierii vor face aproape orice pentru a evita izolarea în carceră. A doua pulsiune este *foamea de confirmare**, căutarea unor tipuri speciale de senzații pe care nu le poate oferi decât altă ființă umană sau, în anumite cazuri, alt animal[8]. Tocmai din acest motiv, laptele nu este suficient pentru puii de maimuță și pentru bebelușii umani; ei au nevoie, în plus, de sunetul vocii, de mirosul, de căldura și de atingerea mamei, altfel se sting încetul cu încetul, la fel cum fac și adulții când nu există nimeni care să le spună „bună ziua". Cea de-a treia este *foamea de structurare*, motivul pentru care grupurile tind să crească și să se transforme în organizații și pentru care oamenii care organizează timpul se numără printre cei mai căutați și mai bine plătiți membri ai societății.

Un exemplu interesant care combină foamea de stimulare și cea de structurare îl oferă șoarecii crescuți într-o stare de deprivare senzorială, adică în întuneric complet sau într-o cușcă albă luminată constant, fără variații. Mai târziu, când aceste animale au fost puse în cuști obișnuite, alături de șoareci „normali", s-a observat că traversau labirintul pentru a ajunge la hrană dacă aceasta era așezată pe o suprafață gen tablă de șah, dar nu se apropiau de ea dacă se afla pe un fundal simplu. Șoarecii crescuți în condiții normale mergeau la hrană indiferent de fundalul pe care era plasată. Aceasta arată că nevoia de stimuli structurați a șoarecilor supuși la deprivare depășea în importanță nevoia de hrană. Experimentatorii au tras concluzia că nevoia de stimuli structurați (sau de „experiență perceptivă", cum s-au exprimat ei) poate implica procese biologice la fel de elementare ca și nevoia de hrană, și că urmările unei deprivări senzoriale timpurii pot persista întreaga viață, sub forma unei atracții puternice față de stimulii complicați.[9]

* Autorul folosește termenul *recognition;* am preferat să-l traduc prin „confirmare" și nu prin „recunoaștere", considerând că, din punct de vedere psihologic, confirmarea vizează subiectul la un nivel mai profund, decât simpla recunoaștere (*N.t.*).

8 Szasz, K. *Petishism: Pets and Their People in the Western World*. Hold, Rinehart & Winston, New York, 1968.

Există patru forme de bază ale structurării pe termen scurt a timpului în comportamentul social uman, cu două cazuri-limită. Astfel, dacă doi sau mai mulți oameni se află împreună într-o încăpere, ei au de ales între șase tipuri posibile de comportament social. La o extremă, cazul-limită este *retragerea*, în care oamenii nu comunică fățiș între ei. Asta se poate întâmpla în situații foarte diferite, cum ar fi călătoria cu metroul sau terapia de grup cu schizofreni retrași. După retragere, în care fiecare individ rămâne învăluit în propriile gânduri, cea mai sigură formă de acțiune socială este *ritualul*. Ritualurile sunt interacțiuni puternic stilizate, ce pot fi neformale sau formalizate sub înfățișarea unor ceremonii întru totul previzibile. Tranzacțiile care alcătuiesc ritualul nu oferă informații aproape deloc, având mai degrabă caracterul unor semne de confirmare reciprocă. Unitățile unui ritual sunt denumite *mângâieri*, prin analogie cu modul în care mama îi oferă sugarului confirmare. Ritualurile sunt programate din exterior, prin tradiție și obiceiuri sociale.

Următoarele forme de acțiune socială în ierarhia bazată pe criteriul gradului de siguranță sunt *activitățile*, ceea ce numim în mod obișnuit *muncă;* în acest caz, tranzacțiile sunt reglate de materialul cu care se lucrează, fie că e vorba de lemn și beton, fie că e vorba de probleme de matematică. De cele mai

9 Sackett, G.P., Keith-Lee, P. și Treat, R. „Food versus Perceptual Complexity as Rewards for Rats Previously Subjected to Sensory Deprivation". *Science* 141: 518-520, 9 august 1963.

multe ori, tranzacțiile de muncă se înscriu în tipul Adult-către-Adult, fiind orientate către realitatea externă — adică spre obiectul activității. Urmează *ocupațiile de timp liber* (în original, *pastime*), mai puțin stilizate și previzibile decât ritualurile, dar cu un anumit caracter repetitiv; ele fac parte din categoria interacțiunilor cu variante multiple și cu completare de propoziții, așa cum se întâmplă la petrecerile la care participanții nu se cunosc prea bine între ei. Ocupațiile de timp liber sunt în bună măsură programate social, ca urmare a faptului că se discută subiecte acceptabile în moduri acceptabile, dar în ele se pot strecura unele note individuale, ducând la următoarea formă de acțiune socială: *jocurile.*

Jocurile sunt seturi de tranzacții ascunse, cu caracter repetitiv și cu o răsplată bine definită psihologic. Cum tranzacția ascunsă înseamnă că agentul se preface a întreprinde ceva, când de fapt face altceva, toate jocurile presupun o confirmare. Dar păcăleala (în original, *con*) funcționează doar dacă persoana vizată are o slăbiciune sau o „chichiță" (în original, *gimmick*) care să poată fi folosită — de pildă frica, lăcomia, sentimentalismul sau iritabilitatea. După ce „ținta" e prinsă în joc, jucătorul acționează un fel de comutator pentru a-și obține răsplata. Urmează un moment de confuzie sau derută (în original, *crossup*), în care ținta încearcă să înțeleagă ce i s-a întâmplat, apoi ambii jucători își primesc răsplata (în original, *payoff*) și jocul ia sfârșit. Răsplata, care este reciprocă, constă în simțămintele (nu neapărat similare) pe care jocul le trezește atât agentului, cât și respondentului. Dacă un set de tranzacții nu cuprinde aceste patru aspecte, nu avem de-a face cu un joc — adică tranzacțiile trebuie să fie ascunse, așa încât să existe o păcăleală, iar păcăleala trebuie să fie urmată de momentul acționării comutatorului, de derută și de răsplată. Toate acestea pot fi reprezentate printr-o formulă:

$$P+S=R \to C \to X \to Rp \quad \text{(Formula J)}$$

P+S înseamnă că păcăleala vizează o slăbiciune, astfel că respondentul reacționează (R). Atunci jucătorul acționează

comutatorul (C), urmează un moment de confuzie sau derută (X), după care amândoi jucătorii își primesc răsplata. Tot ce se potrivește acestei formule este un joc și tot ce nu se potrivește acestei formule nu este un joc.

Simpla repetiție sau insistență, de exemplu, nu constituie un joc. Astfel, într-un grup de terapie, dacă un pacient speriat solicită încurajarea terapeutului în fiecare săptămână („Doctore, spune-mi că o să mă fac bine!"), iar când o primește spune „Mulțumesc", asta nu e neapărat o tranzacție ascunsă. Pacientul și-a afirmat deschis nevoia, care i-a fost satisfăcută, și nu profită în nici un fel de situație, ci dă un răspuns politicos. De aceea, asemenea tranzacții nu constituie un joc, ci o operație, iar operațiile, oricât de des s-ar repeta, trebuie deosebite de jocuri, așa cum procedeele raționale trebuie deosebite de ritualuri.

Dar dacă pacientul îi cere terapeutului încurajare, iar când o primește, o folosește ca să-l facă pe terapeut să pară prost, interacțiunea constituie un joc. De exemplu, o pacientă întreabă „Crezi că o să mă fac bine, doctore?", iar terapeutul sentimental îi răspunde: „Sigur că o să te faci." În acest moment, pacienta își dezvăluie motivul ascuns cu care a pus întrebarea. În loc de a spune „Mulțumesc", ca într-o tranzacție corectă, ea recurge la o comutare, întrebând: „Ce te face să crezi că le știi pe toate?" Replica derutează terapeutul și-l descumpănește pentru o clipă, exact ceea ce a și vrut pacienta. Apoi jocul se termină, pacienta se simte entuziasmată că a reușit să-l păcălească pe terapeut, iar el se simte frustrat — trăiri ce reprezintă răsplata fiecăruia.

Acest joc a urmat cu precizie Formula J. Păcăleala a constat în întrebarea de început, iar punctul vulnerabil l-a reprezentat sentimentalismul terapeutului. Când păcăleala a nimerit punctul vulnerabil, terapeutul a reacționat așa cum se aștepta pacienta. Apoi ea a realizat comutarea, provocând derută, după care fiecare a obținut o răsplată. Așadar:

$$P+S=R \to C \to X \to Rp$$

Acesta este un exemplu simplu al jocului numit, din punctul de vedere al pacientului, „Dă-i la cap!" sau „Lovitura sub centură", iar din punctul de vedere al terapeutului, „Eu încerc doar să te ajut". Răsplata este denumită în limbaj familiar *cupon de fidelitate**. Sentimentele „bune" sunt numite cupoane „aurii", iar sentimentele perturbatoare, cupoane „maro" sau „albastre". În acest caz, pacientul obține un cupon auriu contrafăcut pentru un triumf sau succes contrafăcut, iar terapeutul se alege cu unul maro, ceea ce nu e un lucru neobișnuit.

Fiecare joc are un slogan sau un motto după care poate fi recunoscut, ca de pildă „Eu încerc doar să te ajut". Acestui slogan i se spune în limbaj colocvial „tricoul inscripționat" (în original, *sweatshirt*). De regulă, jocul poartă numele sloganului său.

Dincolo de jocuri se află celălalt caz-limită a ceea ce se poate întâmpla între oameni, și anume *intimitatea*. Intimitatea bilaterală este definită ca o relație sinceră, lipsită de jocuri, cu primire și dăruire liberă, reciprocă și fără exploatare. Intimitatea poate fi unilaterală, din moment ce e posibil ca unul dintre parteneri să fie sincer și să dăruiască liber, iar celălalt să fie nesincer și exploatator.

Activitățile sexuale oferă exemple ce acoperă întregul spectru al comportamentului social. Este evident că ele pot să aibă loc în situații de retragere, să facă parte dintr-o ceremonie ritualică sau din ziua de muncă, să constituie o ocupație de timp liber într-o zi ploioasă, un joc de exploatare reciprocă sau un act de reală intimitate.

D. Scenariile de viață

Formele de acțiune socială descrise mai sus sunt modalități de structurare a timpului, cu scopul de a evita plictiseala

* În original, *trading stamp*. Expresia se referă la o practică obișnuită în unele magazine americane, prin care clienții fideli primesc cupoane colorate, cu diferite valori, pe care le pot aduna și preschimba ulterior în bunuri (*N.t.*).

și în același timp de a obține cea mai mare satisfacție posibilă din fiecare situație. În plus, fiecare persoană are un plan de viață preconștient, sau scenariu, cu ajutorul căruia structurează perioade mai lungi — luni, ani sau întreaga viață. Scenariul umple aceste perioade cu activități rituale, ocupații de timp liber și jocuri care-l perpetuează și-i oferă totodată persoanei satisfacție imediată, intercalate de regulă cu perioade de retragere și uneori cu episoade de intimitate. În general, scenariile se bazează pe iluzii copilărești ce pot dura chiar întreaga viață; dar la oamenii sensibili, perceptivi și inteligenți, iluziile se destramă una câte una, ducând la diferitele crize de viață descrise de Erikson.[10] Printre aceste crize se numără reevaluarea părinților de către adolescent, protestele, adesea bizare, ale vârstei mijlocii și conturarea ulterioară a filosofiei proprii. Uneori însă, încercările din cale-afară de disperate de a păstra iluziile pe parcursul vieții duc la depresie sau la spiritualism, în timp ce abandonarea tuturor iluziilor duce la deznădejde.

Structurarea timpului reprezintă un termen obiectiv ce denumește problema existențială: ce faci după ce spui „bună ziua"? Restul cărții constituie încercarea de a răspunde la această întrebare, observând ce fac în realitate oamenii după ce spun „bună ziua" și oferind câteva sugestii privind ce altceva ar putea să facă. Acest lucru se poate realiza eficient prin cercetarea naturii scenariilor de viață și a cursului dezvoltării lor.[11]

10 Erikson, E.H. *Identity and the Life Cycle*. International Universities Press, New York, 1959.

11 Pentru o critică sistematică a teoriei analizei tranzacționale, vezi Shapiro, S.S. „Critique of Eric Berne's Contributions to Subself Theory". *Psychological Reports* 25: 283-296, 1969.

Partea a II-a
PROGRAMAREA PARENTALĂ

Capitolul 3
DESTINUL UMAN

A. Planul de viață

Destinul fiecărei ființe omenești este stabilit de ceea ce se petrece în mintea ei când se confruntă cu evenimentele din exterior. Fiecare persoană își conturează singură planul vieții. Libertatea îi conferă puterea de a-și pune în aplicare planurile proprii, iar puterea îi conferă libertatea de a interveni în planurile altora. Chiar dacă rezultatul final îl decid oameni pe care nu i-a cunoscut niciodată sau microbi pe care nu-i va vedea vreodată, ultimele sale cuvinte, precum și acelea săpate pe piatra mormântului său îi vor exprima clar strădaniile. Dacă, printr-o mare nenorocire, moare în tăcere, acoperit de praful uitării, doar cei care-l cunosc cel mai bine vor înțelege corect sloganul, iar toți cei aflați dincolo de încăperile intime ale prieteniei, căsniciei și medicinii vor avea o părere eronată despre acel om. În cele mai multe cazuri, e vorba de un om care și-a petrecut viața înșelând lumea și, de obicei, înșelându-se și pe sine. Despre aceste iluzii vom spune mai multe pe parcursul cărții.

Fiecare om hotărăște în copilăria mică felul cum va trăi și felul cum va muri, iar acel plan, pe care-l poartă în minte oriunde s-ar duce, se numește „scenariu de viață". Comportamentele de însemnătate redusă i le dictează rațiunea, însă hotărârile sale importante au fost deja luate: cu ce fel de persoană se va căsători, câți copii va avea, în ce fel de pat va muri și cine îi va sta alături în acele clipe. Poate nu e ceea ce-și dorește, dar e ceea ce a ales.

Magda

Magda era o soție și o mamă devotată, dar când băiatul ei cel mic s-a îmbolnăvit grav, și-a dat seama îngrozită că undeva, într-un cotlon al minții ei exista ideea, imaginea sau poate chiar dorința ca fiul ei multiubit să moară. Situația îi amintea de vremea când soțul ei se afla în armată, dincolo de ocean. Atunci s-a întâmplat exact același lucru: o bântuia dorința stranie ca el să fie ucis. În ambele cazuri se imagina pe sine măcinată de o cumplită suferință și de o mare jale. Asta avea să fie crucea pe care-i era dat s-o poarte și toată lumea avea s-o admire pentru felul cum o purta.

Î: Ce s-ar întâmpla după aceea?

R: N-am ajuns atât de departe. Aș fi liberă și atunci aș putea să fac ce vreau. S-o iau de la capăt.

În perioada gimnaziului, Magda avusese numeroase aventuri sexuale cu colegii ei de clasă, iar vinovăția provocată de ele n-o părăsise nici o clipă. Moartea fiului sau a soțului ei ar fi reprezentat o pedeapsă sau o ispășire pentru purtarea ei din trecut și ar fi eliberat-o de blestemul mamei sale. Nu s-ar mai fi simțit proscrisă. Oamenii ar fi exclamat: „Ce curajoasă e!" și i-ar fi recunoscut statutul de membru deplin al speciei umane.

Pe aproape tot parcursul vieții sale, Magda a avut în minte, planificat și imaginat, acest film tragic. Era al treilea act al scenariului vieții sale, așa cum fusese scris în copilărie. Actul întâi: Vinovăție sexuală și confuzie. Actul al doilea: Blestemul mamei. Actul al treilea: Ispășire. Actul al patrulea: Eliberarea și o nouă viață. Dar în realitate, Magda ducea o viață foarte convențională, în conformitate cu învățăturile primite de la părinți, și făcea tot ce putea pentru ca ființele iubite de ea să fie mereu sănătoase și fericite. Această situație se afla la polul opus intrigii din scenariul ei — un contrascenariu — și, cu siguranță, nu era la fel de dramatică și de palpitantă.

Scenariul este un plan al vieții aflat în desfășurare, elaborat în copilăria mică sub influența presiunii exercitate de părinți. El este forța psihologică ce împinge persoana spre destinul ei, indiferent dacă ea se împotrivește sau afirmă că acționează în virtutea liberului-arbitru.

Nu intenționăm, în această carte, să reducem la o formulă toate comportamentele omenești sau viața tuturor oamenilor. Dimpotrivă; o persoană reală se poate defini ca fiind aceea care acționează spontan, într-o manieră rațională și demnă de încredere, dovedind respectul cuvenit față de ceilalți. Persoanele care urmează o formulă sunt nonreale, ireale, dar din moment ce ele par a alcătui grosul omenirii, e nevoie să încercăm să învățăm ceva despre ele.

Della

Della era o vecină de-a Magdei, se apropia de treizeci de ani și ducea cam același gen de viață domestică. Dar soțul ei, agent de vânzări, călătorea foarte mult. Uneori, în timp ce el era plecat, Della ieșea în oraș, se apuca de băut și în cele din urmă ajungea la mare depărtare de casă. Pe parcursul acestor episoade „i se rupea filmul" și, cum se întâmplă adesea în astfel de cazuri, știa ce s-a petrecut doar fiindcă, după ce-și revenea în simțiri, constata că se află în locuri străine și că are în poșetă bilețele cu nume și numere de telefon aparținând unor bărbați străini. Acest fapt n-o umplea numai de dezgust, ci și de groază, fiindcă însemna că într-o bună zi își putea distruge complet viața, agățând un bărbat indiscret sau răuvoitor.

Scenariile sunt alcătuite în copilăria mică, așa că, dacă purtarea Dellei urma un scenariu, probabil că originile acestuia se găseau în respectiva perioadă. Mama Dellei a murit când ea era micuță, iar tatăl ei lipsea toată ziua de acasă, fiindcă muncea. Della nu se înțelegea prea bine cu colegii de școală. Se simțea inferioară și ducea o existență singuratică. Dar spre sfârșitul copilăriei a descoperit o cale de a dobândi popularitatea. La fel ca Magda, s-a oferit ca parteneră de jocuri

sexuale unei găști de băieței. Nu s-a gândit nici o clipă la legătura dintre incidentele din fânar ale anilor de școală și comportamentul ei actual, dar în tot acest timp, a purtat în minte schița dramei vieții sale. Actul întâi: Contextul inițial. Distracție și vinovăție într-un fânar. Actul al doilea: O răbufnire a scenariului. Distracție și vinovăție în condiții de beție și iresponsabilitate. Actul al treilea: Răsplata. Denunțarea și distrugerea. Pierde totul: soțul, copiii și poziția în societate. Actul al patrulea: Eliberarea finală. Sinuciderea. După aceea, toată lumea o compătimește și o iartă.

Atât Magda, cât și Della își trăiau contrascenariul pașnic având mereu simțământul unei nenorociri iminente. Scenariul lor descria o succesiune tragică de evenimente, care avea să le confere eliberarea și împăcarea. Diferența consta în aceea că Magda aștepta cu răbdare ca intervenția lui Dumnezeu să-i aducă împlinirea destinului — mântuirea —, în timp ce Della, îndemnată de compulsia unui demon lăuntric, gonea nerăbdătoare spre împlinirea destinului ei: damnare, moarte și iertare. Astfel, din același punct de pornire („delincvență sexuală"), aceste două femei se îndreptau spre finaluri diferite, folosind mijloace diferite.

Psihoterapeutul șade ca un înțelept în cabinetul lui și este plătit ca să schimbe într-un fel sau altul lucrurile. Atât Magda, cât și Della vor fi libere dacă moare cineva, dar terapeutul are misiunea de a găsi o cale mai bună de a le elibera. Pleacă din cabinet și merge pe stradă, trecând pe lângă bursa de acțiuni, pe lângă stația de taxiuri, pe lângă bar. Aproape toți oamenii pe care-i vede așteaptă Marele Măcel. În magazinul alimentar, o femeie țipă la fiica ei: „De câte ori trebuie să-ți spun să nu pui mâna pe aia?!", în timp ce o alta își admiră băiețelul: „Nu-i așa că-i o scumpete?" Când terapeutul ajunge la spital, un paranoic vrea să știe: „Doctore, cum ies de-aici?" Un depresiv întreabă: „Pentru ce trăiesc?", iar un schizofrenic răspunde: „Trăiește, lasă dieta! Nu-s chiar așa de prost, zău." Fiecare a rostit exact același lucru și cu o zi înainte. Ei se află într-un blocaj, pe când cei de afară încă mai speră. „Să-i

mărim doza de medicamente?" întreabă un student la medicină. Doctorul Q se întoarce spre schizofrenic și-l privește în ochi. Acesta îi susține privirea. „Să-ți mărim doza de medicamente?" întreabă doctorul Q. Băiatul se gândește o vreme, apoi răspunde: „Nu." Doctorul Q întinde mâna și spune: „Bună ziua!" Schizofrenicul dă noroc cu el, răspunzând: „Bună ziua." Apoi se întorc amândoi spre student, iar doctorul Q rostește: „Bună ziua!" Studentul la medicină pare fâstâcit, dar cinci ani mai târziu, la o întrunire psihiatrică, se duce la doctorul Q și spune: „Bună ziua!"

Mary

„Într-o bună zi am să deschid o grădiniță, am să mă mărit de patru ori, am să câștig o mulțime de bani la bursa de acțiuni și am să devin un chirurg renumit", spune Mary, beată turtă.

Asta *nu* e un scenariu. În primul rând, nici una dintre idei nu i-a fost insuflată de părinți. Aceștia detestau copiii, respingeau ideea divorțului, considerau că bursa de acțiuni e prea speculativă și că medicii chirurgi au onorarii prea ridicate. În al doilea rând, personalitatea ei nu era adecvată pentru nici unul dintre lucrurile menționate. Mary era încordată în preajma copiilor, rece precum un ghețar cu bărbații, bursa de acțiuni o speria, iar mâinile îi tremurau de prea multă băutură. În al treilea rând, hotărâse cu multă vreme în urmă să fie agent imobiliar pe timpul zilei, iar seara și la sfârșit de săptămână, alcoolică. În al patrulea rând, nici unul din cele patru proiecte n-o incita cu adevărat. Ele exprimau lucrurile pe care nu putea să le facă, nu pe acelea care-i stăteau în putință. Și în al cincilea rând, oricine o auzea înțelegea clar că nu va pune vreodată în aplicare nici unul din planurile respective.

Pentru un scenariu de viață sunt necesare: (1) Directive din partea părinților; (2) O dezvoltare adecvată a personali-

tății; (3) O hotărâre luată în copilărie; (4) Un real entuziasm față de o anumită metodă de a obține succesul sau eșecul; (5) O atitudine convingătoare (sau, cum se spune în ziua de azi, o poziție credibilă).

În cartea de față vom analiza ce se cunoaște până acum despre instrumentarul scenariului de viață și despre ceea ce se poate face pentru a-l modifica.

B. Pe scenă și dincolo de scenă

Piesele de teatru sunt elaborate intuitiv pe baza scenariilor de viață; de aceea, un punct de pornire bun ar fi să reflectăm asupra legăturilor și asemănărilor dintre unele și altele.[12]

1. Ambele au la bază un număr limitat de teme, dintre care cea mai binecunoscută este tragedia oedipiană. Celelalte pot fi găsite, de asemenea, în teatrul grecesc și în mitologia greacă. La alte popoare se găsesc tiradele ditirambice și orgiile lascive ale dramelor sacerdotale antice, dar grecii și evreii au fost primii care au distilat și consemnat în scris tiparele repetitive mai domestice ale existenței umane. Ce-i drept, viața omenească e plină de epice Agon, Pathos, Threnos și Teophanos, la fel ca în Riturile Primordiale, dar ele sunt mult mai ușor de înțeles și de gândit dacă sunt jucate folosind limbajul obișnuit, cu interjecții obișnuite, cu un bărbat și o fecioară scăldați de lumina lunii, sub un dafin, când tocmai își face apariția Gură-spartă. Redusă la acest nivel de poeții greci, viața fiecărei ființe omenești e deja conturată în lucrările de mitologie ale lui Bulfinch sau Graves*. Dacă zeii zâmbesc unui individ, el va fi o afacere funcțională. Dar dacă

[12] Pentru o prezentare a utilizării analizei tranzacționale în teatru, vezi Schechner, R. „Approaches to Theory/Criticism". *Tulane Drama Review* 10: Vara 1966, pp. 20-53. De asemenea, Wagner, A. „Transactional Analysis and Acting", Ibid. 11: Vara 1967, pp. 81-88, și Berne, E. „Notes on Games and Theater", în același număr, pp. 89-91.

* Personal, eu prefer lucrarea lui Lemprière *Classical Dictionary* (Ediția a zecea, 1818).

zeii se încruntă, individul devine altceva, iar dacă el vrea să scape de blestem sau să trăiască mai confortabil cu blestem cu tot, devine pacient.

Pentru analistul de scenarii tranzacționale, la fel ca și pentru analistul de teatru, asta înseamnă că dacă cunoști intriga și personajul, știi care va fi deznodământul, cu excepția situației în care se pot face unele schimbări. Spre exemplu, atât pentru terapeut, cât și pentru criticul de teatru e clar că Medeea era hotărâtă să-și ucidă copiii, doar dacă nu cumva reușea cineva s-o convingă să se răzgândească; și ar trebui să le fie la fel de clar amândurora că dacă ea s-ar fi dus în săptămâna respectivă la ședința de terapie de grup, nu s-ar mai fi întâmplat nimic din toată tărășenia.

2. Anumite cursuri ale vieții nu numai că au deznodământ previzibil dacă li se permite să se desfășoare ca atare, ci, mai mult, e nevoie de un anumit dialog, conținând anumite cuvinte, rostite într-o manieră anume, spre a se crea motivația adecvată pentru deznodământul respectiv. Atât la teatru, cât și în viața reală, replicile-indiciu trebuie memorate și rostite exact în maniera adecvată, astfel încât ceilalți să reacționeze într-un mod care justifică acțiunea și o face să progreseze. Dacă eroul își modifică replicile și starea Eului, ceilalți vor reacționa diferit, fapt ce destabilizează complet scenariul — și tocmai spre asta țintește analiza terapeutică a scenariului de viață. Dacă Hamlet începe să folosească replici din *Abie's Irish Rose*, Ofelia trebuie să-și schimbe și ea replicile, pentru ca dialogul să aibă sens în continuare, și întreaga piesă va continua diferit. În acest caz, cei doi s-ar putea să fugă în lume împreună, în loc să umble bezmetici prin castel — o piesă de teatru proastă, dar probabil o viață mai bună.[13]

[13] Wagner, A. „Permission and Protection". *The Drama Review* 13: Primăvara 1969, pp. 108-110, include unele dintre cele mai recente elaborări. Pentru aplicarea directă a teoriei tranzacționale asupra scenariilor, vezi același număr, pp. 110-114: Steiner, C.M. „A Script Checklist", și Cheney, W.D. „Hamlet: His Script Checklist". Ambele articole sunt retipărite, prima oară fiind publicate în *Transactional Analysis Bulletin* (Vol. 6, Aprilie 1967, și Vol. 7, Iulie 1968).

3. Scenariul trebuie repetat și rescris înainte de a fi gata pentru cea mai spectaculoasă reprezentație. La teatru, înainte de premieră au loc citirea rolurilor, rescrieri, repetiții și probe. Scenariul de viață debutează în copilărie într-o formă primitivă, numită *protocol*. Aici, ceilalți actori sunt puțini: părinții și frații sau surorile, iar în orfelinate sau case de plasament, colegii de dormitor și adulții responsabili de copiii respectivi. Toți acești oameni își joacă rolul cu rigiditate, fiindcă fiecare familie este o instituție, iar copilul nu învață de la ei prea multă flexibilitate. Pe măsură ce se îndreaptă spre adolescență, începe să cunoască tot mai mulți oameni. Îi caută pe cei care vor juca rolurile impuse de scenariul lui (iar aceștia vor accepta, fiindcă el joacă un anumit rol impus de scenariul lor). La acest moment, individul își rescrie scenariul, pentru a include noul său mediu de viață. Intriga rămâne în esență aceeași, dar acțiunea devine puțin diferită. În majoritatea cazurilor (cu excepția situațiilor de sinucidere sau omucidere în adolescență), asta e repetiția generală — ceva în genul unui spectacol de probă într-un oraș de provincie. Pe parcursul mai multor asemenea adaptări, individul dă scenariului forma finală, pentru reprezentația cea mai importantă — reprezentația de adio, răsplata finală prevăzută în scenariu. Dacă e un scenariu „bun", ea se petrece în contextul unei cine de adio. Dacă scenariul e „rău", individul își ia rămas-bun de pe un pat de spital, din pragul unei celule de închisoare sau a unei secții de psihiatrie, de la spânzurătoare sau de la morgă.

4. Aproape toate scenariile conțin roluri de „băieți buni" și „băieți răi", de „învingători" și „învinși". În fiecare scenariu se definește în mod specific ce înseamnă bun și rău[14], învingător și învins, dar este foarte limpede că orice scenariu are

[14] Pentru o abordare din perspectivă istorică a unui aspect al „băieților buni" și „băieților răi", vezi articolul meu, „The Mythology of Dark and Fair: Psychiatric Use of Folklore". *Journal of American Folklore* 1-12, 1959. El include o bibliografie cu aproximativ 100 de titluri, între care se numără câteva dintre primele articole psihanalitice despre basme.

aceste patru personaje, uneori combinate în două roluri. Spre exemplu, într-un scenariu cu cowboy, personajul bun e învingător, iar personajul rău e învins. Bun înseamnă curajos, îndemânatic cu pistolul, cinstit și pur; rău înseamnă laș, neîndemânatic cu pistolul, corupt și interesat de fete. Învingătorul e cel care supraviețuiește; învinsul e acela care sfârșește spânzurat sau împușcat. Într-un serial lacrimogen de televiziune, învingătorul e bărbatul care obține cel mai bun contract sau cele mai mari avantaje; învinsul e cel care nu se pricepe să învârtă niște hârțoage.

În analiza scenariilor de viață, învingătorilor li se spune „prinți" și „prințese", iar învinșilor, „broscoi" și „broaște". Obiectivul analizei scenariilor este transformarea broaștelor în prinți și prințese. Pentru asta, terapeutul trebuie să afle cine sunt personajele bune și cele rele în scenariul pacientului și, de asemenea, ce fel de învingător poate fi acesta. Pacientul se împotrivește să devină învingător, fiindcă nu a venit la terapie în scopul ăsta, ci doar ca să fie transformat într-un învins curajos. E o stare de lucruri foarte firească, fiindcă dacă devine un învins curajos, își poate urma scenariul într-o manieră mai confortabilă, pe când dacă devine învingător, trebuie să-și arunce la gunoi întreg scenariul sau cea mai mare parte a lui și să înceapă de la zero, ceea ce majoritatea oamenilor ezită să facă.

5. Toate scenariile, pe scena teatrului sau în viața reală, sunt în esență răspunsuri la întrebarea esențială a întâlnirii între doi oameni: „Ce spui după bună ziua?" Drama oedipiană, spre exemplu, deopotrivă pe scenă și în viață, atârnă întru totul de această întrebare. Ori de câte ori întâlnește un bărbat mai în vârstă, Oedip spune mai întâi „Bună ziua". Următorul lucru pe care trebuie să-l rostească, îndemnat de scenariul său, este întrebarea: „Vrei să ne luptăm?" Dacă bărbatul vârstnic răspunde „Nu", Oedip nu mai are ce să-i spu-

Geza Roheim este cel mai prolific autor pe tema folclorului popoarelor primitive. Vezi Roheim, G., *Psychoanalysis and Anthropology*, International Universities Press, New York, 1950.

nă; îi rămâne doar să stea locului, năuc, întrebându-se dacă să vorbească despre vreme, despre evoluția războiului ce se desfășoară sau despre cine va câștiga la Jocurile Olimpice. Cea mai bună cale de ieșire din situație este să mormăie „Mă bucur că v-am cunoscut", *„Si vales bene est, ego valeo"* sau „Totul cu moderație" și apoi să-și vadă de drum. Dar dacă bărbatul mai vârstnic răspunde „Da", Oedip replică: „Uraaaa!", fiindcă și-a găsit omul și știe ce să spună în continuare.

6. Episoadele scenariului de viață trebuie pregătite și motivate dinainte, la fel ca în cazul scenelor de teatru. Un exemplu simplu este pana de benzină. Ea e pregătită aproape întotdeauna cu două-trei zile înainte; individul se uită la indicatorul de combustibil, „plănuiește" să alimenteze „cât de repede", dar n-o face. La drept vorbind, e imposibil să rămâi fără benzină „chiar în clipa asta", decât într-o mașină străină, cu indicatorul de combustibil stricat. Pana de benzină e aproape întotdeauna un eveniment iminent, o scenă plănuită dinainte în scenariul unui învins. Mulți învingători conduc o viață întreagă fără să rămână vreodată cu rezervorul gol.

Scenariile de viață se bazează pe programarea parentală, pe care copilul o caută din trei motive. (1) Dă vieții sale un scop, care altfel ar putea să lipsească. Majoritatea faptelor copilului sunt făcute de dragul altor oameni, de obicei al părinților. (2) Îi oferă o modalitate acceptabilă de a-și structura timpul (acceptabilă pentru părinții săi). (3) Oamenii au nevoie să li se spună cum să facă un lucru sau altul. A învăța de unul singur poate fi înălțător, dar nu prea practic. Un om nu devine bun pilot distrugând câteva avioane și învățând din propriile greșeli. El trebuie să învețe din greșelile altora, nu dintr-ale sale. Chirurgul trebuie să aibă un profesor, nu să scoată nenumărate apendice unul după altul, ca să afle tot ce poate să meargă prost în respectiva intervenție. Așa că părinții își programează copiii, transmițându-le ceea ce au învățat ei sau ceea ce cred că au învățat. Dacă sunt învinși, le vor transmite programarea de învinși, iar dacă sunt învingători, vor transmite acel fel de program. Tiparul existențial pe termen lung are întotdeauna un fir narativ. Programarea parentală stabilește deznodământul, în bine sau în rău, însă copilul este deseori liber să-și aleagă propria intrigă.

C. Mituri și basme

Prima și cea mai veche versiune a scenariului de viață, protocolul primitiv, se elaborează în mintea copilului la o vârstă la care foarte puțini oameni, în afara celor din cercul familial restrâns, sunt reali pentru el. Putem presupune că părinții îi par niște personaje uriașe, înzestrate cu puteri magice, asemeni uriașilor, monștrilor și gorgonelor din mitologie, chiar și numai pentru simplul fapt că sunt de trei ori mai înalți și de zece ori mai solizi decât el.

Pe măsură ce crește și mintea i se rafinează, copilul se mută din acest univers clasic într-o lume mai romantică. Elaborează primul palimpsest, prima rescriere a scenariului său, astfel încât acesta să corespundă cu noua lui concepție despre ceea ce-l înconjoară. În condiții adecvate, îl ajută în această sarcină basmele și poveștile cu animale pe care mai întâi i le-a citit mama, iar apoi le-a parcurs singur în orele libere, în care a putut să-și lase imaginația să zburde. Și ele conțin o doză de magie, dar nu la fel de cutremurătoare. Poveștile îi dau copilului un nou set de personaje care să joace roluri în fanteziile lui: toate personalitățile din împărăția animalelor, pe care le cunoaște fie ca tovarăși de joacă și de viață vii, cu sânge cald, fie ca figuri înspăimântătoare sau fascinante, zărite sau auzite de la distanță, fie ca ființe semiimaginare cu puteri necunoscute, despre care doar a auzit sau a citit. O altă sursă de astfel de personaje este ecranul televizorului — la acea vârstă, chiar și reclamele au o aură magică. Până și în cel mai rău caz, fără cărți și fără televizor, ba chiar și fără mamă, copilul tot știe că există undeva o vacă sau își poate imagina singur, distorsionat, tot felul de animale.

În prima etapă, copilul are de-a face cu persoane magice, care, poate, au capacitatea de a se transforma uneori în animale. În această a doua etapă, el nu face decât să atribuie animalelor anumite caracteristici umane, tendință ce se păstrează în viața adultă, într-o anumită măsură, la oamenii care au de-a face cu grajduri de vite, adăposturi pentru câini și pisici și bazine cu delfini.

În a treia etapă, în adolescență, individul își revizuiește încă o dată scenariul pentru a-l adapta la realitatea curentă așa cum speră el că va fi, tot romanță și aurită, sau poate poleită uneori cu ajutorul drogurilor. Treptat, pe măsură ce trec anii, el se apropie mai mult de realitate, adică de probabilitatea reală ca oamenii și lucrurile din jurul lui să reacționeze așa cum își dorește. Astfel, de-a lungul deceniilor, se pregătește pentru reprezentația de adio. Tocmai reprezentația de adio este, mai presus de toate, aceea pe care terapeutul are misiuna de a o modifica.

În continuare urmează câteva exemple care ilustrează asemănarea dintre mituri, basme și persoane reale. Ele pot fi înțelese cel mai bine din punctul de vedere tranzacțional — cel marțian, la care ne-am referit anterior și care are la bază propriul mit; el a fost elaborat pe baza analizei jocului și scenariilor de viață, ca modalitate de a vedea mai obiectiv viața umană. Mario marțianul vine pe pământ, iar când se întoarce la el acasă, trebuie să „spună povestea așa cum s-a întâmplat", nu cum spun pământenii că ar fi și nici cum ar vrea ei să-l facă să creadă că este. Mario nu dă ascultare cuvintelor sforăitoare, nici tabelelor statistice; el observă ce fac oamenii: ce-și fac unii altora, unii pentru alții și unii împreună cu alții, nu ceea ce spun că fac. Așadar, iată în continuare povestea Europei.

Povestea Europei

Europa îl avea pe Neptun drept bunic. Într-o zi, pe când ea se afla pe o pajiște de la malul mării, culegând flori, un

taur foarte frumos a apărut și a îngenuncheat la picioarele ei. Privirea taurului o invita să i se urce în spinare. Vocea lui melodioasă și purtarea prietenoasă au impresionat-o pe Europa în asemenea măsură, încât s-a gândit că ar fi plăcut să călărească prin vale. Dar în clipa când a încălecat, taurul a pornit spre mare, căci nu era un taur obișnuit, ci Jupiter deghizat, iar Jupiter nu accepta nici o piedică în calea sa când vedea o fată care-i plăcea. Însă soarta Europei n-a fost prea rea, fiindcă după ce au sosit împreună în Creta, ea a dat naștere la trei regi și, în plus, un continent a fost botezat cu numele ei. Se presupune că toate acestea s-au întâmplat în anul 1522 î.Hr., iar povestea poate fi găsită în lucrarea *Second Idyllium*, a lui Moschus.

Jupiter, răpitorul, provenea dintr-o familie foarte neobișnuită. Potrivit *Teogoniei* lui Hesiod, tatăl lui, Saturn, a avut șase copii. Pe primii cinci i-a înghițit imediat ce au venit pe lume, așa că la nașterea celui de-al șaselea, anume Jupiter, mama sa l-a ascuns, iar în locul lui a pus o piatră înfășurată în scutece, pe care tatăl a înghițit-o. După ce a crescut, Jupiter, împreună cu bunica lui, l-au obligat pe Saturn să regurgiteze piatra și, împreună cu ea, pe cei cinci prunci pe care-i înghițise: Pluto, Neptun, Vesta, Ceres și Junona. În ceea ce-o privește pe Europa, după ce Jupiter a părăsit-o, ea a devenit soția lui Danaus, regele Egiptului, căruia i-a dăruit o fiică pe nume Amymone. Regele, tatăl Amymonei, a trimis fata să ducă apă în orașul Argos, prilej cu care Neptun a văzut-o și s-a îndrăgostit pe loc. A salvat-o de un satir lasciv și a luat-o pentru sine — fiind, de fapt, străbunicul ei, așa cum Jupiter, care îi răpise mama, era stră-unchiul acesteia.

Să facem lista tranzacțiilor semnificative din această saga de familie, urmărind stimulii și reacțiile. Desigur, fiecare reacție poate deveni stimul pentru următoarea tranzacție.

1. Stimul: O fecioară frumoasă culege cu eleganță flori. Reacție: Un zeu iubăreț, stră-unchiul ei, se transformă într-un taur auriu.

2. Reacţie: Fecioara îl mângâie pe flancuri şi pe creştet. Taurul îi sărută mâinile şi dă ochii peste cap.

3. Fecioara încalecă taurul. Taurul o răpeşte.

4. Ea îşi exprimă frica şi mirarea şi îl întreabă cine este. Taurul o linişteşte şi totul se termină cu bine.

5. Stimul: Un tată îşi înghite copiii. Reacţie: Mama îi dă să înghită o piatră.

6. Reacţie: Fiul astfel salvat îşi obligă tatăl să regurgiteze pruncii mâncaţi şi piatra înghiţită.

7. Stimul: O fecioară frumoasă e trimisă de tatăl ei să aducă apă. Reacţie: Fata întâlneşte un satir — care astăzi s-ar numi „lup" — şi dă de bucluc.

8. Stimul: Frumuseţea fetei îl incită pe străbunicul ei. Reacţie: Acesta o salvează de satir şi o ia cu el.

Pentru un analist al scenariilor de viaţă, elementul cel mai interesant din această serie de tranzacţii mitice (în varianta lui Moschus) este faptul că, deşi Europa se vaietă şi protestează cu tărie, nu spune explicit „Termină!" sau „Du-mă înapoi în clipa asta!", ci trece imediat la încercarea de a ghici identitatea răpitorului ei. Cu alte cuvinte, deşi protestează vehement de formă, are grijă să nu renunţe la dramă, ci se resemnează s-o trăiască şi devine curioasă cum se va încheia. Astfel, lamentările ei sunt caracterizate de o anumită ambiguitate, care în marţiană se numeşte „conformă cu jocul" sau „conformă cu scenariul". La drept vorbind, Europa joacă jocul numit „Viola", care se integrează în scenariul ei, potrivit căruia ea va deveni mamă de regi, cu condiţia ca asta să se întâmple „împotriva voinţei sale". Interesul personal pe care-l manifestă faţă de răpitor nu constituie cea mai fermă cale de a-l descuraja, dar protestele o eliberează de responsabilitate pentru faptul că a flirtat cu el la început.

Există şi o altă poveste, mai cunoscută, ce include majoritatea acestor tranzacţii, deşi într-o ordine oarecum diferită. Varianta ce urmează a fost preluată după Andrew Lang şi fraţii Grimm. Basmul este cunoscut de la vârste foarte fragede de aproape toţi copiii educaţi din ţările vorbitoare de

limbă engleză şi din alte ţări, şi constituie un stimul comun pentru imaginaţia lor.

Scufiţa Roşie

Era odată o fetiţă drăgălaşă pe nume Scufiţa Roşie (SR); într-o zi, mama ei a trimis-o în pădure, să ducă de mâncare bunicii. Pe drum a întâlnit un lup seducător, care şi-a spus că SR e o îmbucătură gustoasă. I-a spus să se oprească din drum, să se uite în jur, să-şi uite o vreme misiunea, să nu mai fie atât de serioasă şi să culeagă flori. În timp ce fetiţa pierdea timpul prin pădure, lupul s-a dus acasă la bunică şi a mâncat-o. Când a sosit SR, el s-a prefăcut a fi bunica fetei şi a invitat-o în pat alături de el. SR s-a conformat şi a observat multe lucruri ciudate în legătură cu înfăţişarea persoanei din pat, care au făcut-o să se întrebe dacă e chiar bătrâna ei bunică. La început, lupul a încercat s-o liniştească, dar în cele din urmă a înghiţit-o (fără s-o mestece, se pare). Un vânător a trecut pe-acolo şi a salvat-o pe SR, tăind burta lupului, de unde a scos-o şi pe bunică, vie şi ea. După aceea, SR l-a ajutat bucuroasă pe vânător să umple burta lupului cu pietre. În unele variante, SR strigă după ajutor, iar vânătorul omoară lupul cu un topor, salvând-o cu o clipită înainte ca afurisitul s-o înghită.

Şi aici avem scena de seducţie între o fecioară nevinovată, căreia îi place să culeagă flori, şi un animal care o înşală. Animalului îi place să mănânce copii, dar sfârşeşte cu burta plină de pietre. La fel ca Amymone, SR e trimisă cu treabă de părintele ei, întâlneşte pe drum un lup şi dă de bucluc, şi se aliază cu salvatorul ei.

Pentru un marţian, basmul acesta pune nişte întrebări interesante. Marţianul îi ia conţinutul ca atare, inclusiv pe lupul vorbitor, chiar dacă n-a întâlnit vreodată aşa ceva. Dar dat fiind ceea ce se întâmplă, el se întreabă ce-i cu toată

povestea asta și cărui fel de oameni i se întâmplă. Iată în continuare gândurile marțianului pe această temă.

O reacție marțiană

Într-o zi, mama o trimite pe SR în pădure, să-i ducă bunicii de mâncare, iar pe drum, ea se întâlnește cu un lup. Ce fel de mamă trimite o fetiță în pădure, când acolo există lupi? De ce nu s-a dus chiar mama sau de ce n-a însoțit-o pe SR? Dacă bunica era așa de neajutorată, de ce o lăsa mama să locuiască de una singură, într-o colibă, atât de departe? Și dacă SR trebuia totuși să meargă la bunica, de ce mama n-a avertizat-o să nu se oprească la vorbă cu lupii? Povestea arată clar că fetiței nu i s-a spus niciodată că e periculos să facă așa ceva. Nici o mamă nu poate fi atât de proastă; se pare, așadar, că mamei nu-i păsa prea mult ce se întâmplă cu SR sau poate chiar voia să scape de ea. De asemenea, nici o fetiță nu poate fi atât de proastă: cum a putut SR să se uite la ochii, urechile, mâinile și dinții lupului și să creadă că e bunica ei? De ce n-a fugit din colibă cât mai repede? Și apoi, ce fetiță răutăcioasă, să adune pietre ca să le pună în burta lupului! În orice caz, orice fată cu judecată sănătoasă, după ce a vorbit cu lupul, nu s-ar fi oprit să culeagă flori, ci și-ar fi spus: „Ticălosul ăla o s-o mănânce pe bunica dacă nu găsesc repede pe cineva care să mă ajute!"

Nici măcar bunica și vânătorul nu sunt dincolo de orice bănuială. Dacă privim *dramatis personae* din această poveste ca pe niște oameni adevărați, fiecare cu propriul scenariu, vedem cât de bine se împletesc personalitățile lor, dintr-un punct de vedere marțian.

1. Mama încearcă, evident, să-și piardă „accidental" fiica sau, cel puțin, vrea să sfârșească prin a spune: „Ce groaznic, în vremurile astea nu mai poți nici măcar să te plimbi prin parc fără ca un lup..." etc.

2. Lupul, în loc să mănânce iepuri și alte asemenea vietăți, se întinde evident mai mult decât îi e plapuma și știe probabil că în felul ăsta va sfârși prost, așa că pesemne caută necazul cu lumânarea. Evident, l-a citit în tinerețe pe Nietzsche sau alt gânditor din aceeași categorie (dacă poate să vorbească și să-și pună pe cap o bonetă, de ce n-ar fi în stare să citească?), iar motto-ul lui e ceva de genul „Trăiește primejdios și mori cu glorie".

3. Bunica locuiește singură și-și lasă ușa neîncuiată, așa că, poate, speră să se întâmple ceva interesant, ceva ce nu s-ar putea petrece dacă ar locui cu familia. Poate de asta nu s-a mutat la rude sau măcar pe aceeași stradă cu ele. Probabil că e încă suficient de tânără ca să guste aventura, din moment ce SR e o copiliță.

4. Vânătorul este, evident, un salvator căruia îi place să-și chinuie adversarul învins, cu ajutorul unor adorabile fetițe neîntinate: fără doar și poate, un scenariu adolescentin.

5. SR îi spune lupului cât se poate de explicit unde o poate revedea, ba chiar se urcă în pat cu el. E clar că joacă „Viola" și, în cele din urmă, întreaga poveste o face foarte fericită.

Adevărul este că toate personajele din poveste caută să trăiască o întâmplare palpitantă aproape cu orice preț. Dacă luăm răsplata finală în sensul ei propriu, se poate spune că toată tărășenia a fost un complot menit să-i vină de hac bietului lup, făcându-l să creadă că e mai deștept decât toți și folosind-o pe SR drept momeală. În acest caz, morala poveștii nu e aceea că fecioarele nevinovate ar trebui să evite pădurile în care se găsesc lupi, ci că lupii ar trebui să nu se apropie de fecioarele aparent nevinovate și de bunicile acestora; pe scurt, un lup n-ar trebui să umble prin pădure singur. De aici se naște și întrebarea interesantă: ce a făcut mama după ce s-a descotorosit de SR pe ziua respectivă?

Dacă toate acestea par cinice sau neserioase, să ne ocupăm în cele ce urmează de SR în viața reală. Întrebarea crucială aici este: cu o asemenea mamă și după o asemenea experiență, cum arată SR devenită femeie adultă?

Un scenariu de tip Scufița Roșie

În literatura psihanalitică se acordă foarte multă atenție semnificației simbolice a pietrelor băgate în burta lupului. Însă pentru analiza tranzacțională, elementele cele mai semnificative sunt tranzacțiile dintre persoanele implicate.

Carrie a venit la terapie la vârsta de treizeci de ani, plângându-se că are dureri de cap, stări depresive, nu știe ce-și dorește să facă și nu-și poate găsi un iubit satisfăcător. La fel ca toate Scufițele Roșii din experiența doctorului Q, avea o jachetă roșie. Încerca mereu să se facă utilă într-o manieră indirectă. Într-o zi a intrat în cabinet și a spus:

— Pe stradă, la câțiva pași de aici e un câine bolnav. Vreți să sunați la Societatea pentru Protecția Animalelor?

— De ce nu-i sunați dumneavoastră? a întrebat doctorul Q.

La care ea a replicat:

— Cine, eu?!

Carrie nu sărise niciodată în ajutorul cuiva, dar știa întotdeauna unde pot fi găsiți salvatorii. Acest fapt este tipic pentru SR. Doctorul Q a întrebat-o apoi dacă a lucrat vreodată într-un birou în care cineva trebuia să meargă să cumpere gustări și răcoritoare în pauza de cafea; a răspuns afirmativ.

— Cine mergea să cumpere lucrurile astea?

— Eu, firește, a răspuns Carrie.

Partea conformă cu scenariul a poveștii lui Carrie era după cum urmează: De la vârsta de șase ani și până la zece ani, mama ei avea obiceiul s-o trimită la bunici (părinții săi), cu diferite treburi, dar și să se joace. De multe ori se întâmpla ca bunica să fie plecată când fetița ajungea acolo, așa că ea se juca cu bunicul, ceea ce însemna în principal că el o pipăia pe sub rochie. Carrie nu i-a dezvăluit niciodată mamei acest lucru, fiindcă știa că se va înfuria și o va face mincinoasă.

La momentul terapiei, Carrie cunoștea frecvent bărbați și „băieți" și mulți dintre ei o invitau în oraș, dar ea punea punct de fiecare dată după două-trei întâlniri. De fiecare dată când îi povestea doctorului Q despre cea mai recentă ruptură, el o întreba din ce motiv s-a produs, iar ea răspundea: „Ha, ha! Pentru că tipul e un lup junior!" Astfel, Carrie și-a petrecut ani buni din viață umblând prin pădurile cartierului comercial, aducând sandvișuri colegilor de serviciu și respingând mereu lupii juniori: o existență monotonă, deprimantă. La drept vorbind, cea mai palpitantă întâmplare din viața ei era aventura cu bunicul. Părea că-și va petrece restul zilelor așteptând ca acea aventură să se repete.

Asta ne spune cum și-a petrecut viața SR după încheierea poveștii. Incidentul cu lupul a fost de departe cel mai interesant lucru din câte i s-au întâmplat. Ajunsă la vârsta adultă, ea își petrecea timpul umblând prin pădure, ducând bunătăți de mâncare oamenilor și sperând la nesfârșit să întâlnească alt lup. Dar nu găsea decât pui de lup, pe care-i respingea cu dispreț. Povestea lui Carrie ne spune totodată cine era, de fapt, lupul și de ce SR a fost atât de îndrăzneață încât să urce în pat cu el: era bunicul.

Caracteristicile unei SR din viața reală sunt următoarele:

1. Mama obișnuia s-o trimită să facă diferite comisioane.

2. Bunicul a sedus-o, dar ea nu i-a spus mamei. Dacă i-ar fi spus, ar fi fost considerată mincinoasă. Uneori se prefăcea prea proastă pentru a înțelege ce se întâmplă.

3. Nu sare prea des în ajutorul altora, dar îi place să pună la cale misiuni de ajutorare și caută mereu astfel de ocazii.

4. La vârsta adultă, ea este cea aleasă pentru a face comisioane. Deseori umblă repede sau rătăcește fără țintă, ca o fetiță, în loc să meargă într-o manieră demnă.

5. Așteaptă să se întâmple ceva cu adevărat palpitant și, între timp, se plictisește, din moment ce acum nu mai întâlnește decât lupi juniori, pe care-i privește cu dispreț.

6. Îi place să umple burta lupilor cu pietre sau cu echivalentul cotidian al acestora.

7. Încă nu e clar dacă psihiatrul bărbat se află în scenă ca s-o salveze sau e doar un bunic simpatic, fără conotații sexuale, cu care se simte în largul ei și puțin nostalgică și cu care

se mulțumește fiindcă nu poate avea ceea ce-și dorește la drept vorbind.

8. Când terapeutul îi spune că-i aduce aminte de SR, ea râde și încuviințează.

9. În mod ciudat, aproape în toate cazurile deține și poartă o jachetă roșie.

Ar trebui remarcat că scenariul mamei și bunicilor paterni ai unei SR trebuie să fie complementare pentru ca astfel de incidente sexuale să se petreacă în repetate rânduri. Finalul fericit al poveștii este de asemenea suspect, iar în viața reală nu se întâmplă. Basmele sunt povestite de părinți bine intenționați, iar finalul fericit reprezintă intruziunea stării de Părinte binevoitor, dar mincinos al Eului; basmele inventate de copii sunt mult mai realiste și nu au neapărat o încheiere fericită; de fapt, ele sunt notoriu de înspăimântătoare.[15]

---

[15] Nu mă consider suficient de savant pentru a prezenta inventarul complet al variantelor sau varianta oficială a poveștii despre Europa și Amymone, a Scufiței Roșii și a Frumoasei din Pădurea adormită. Chiar și culoarea taurului diferă de la o versiune la alta, într-unele fiind auriu, în altele alb. Variantele prezentate mai sus sunt suficiente pentru scopurile noastre. Sursele folosite pentru povestea Europei și a Amymonei sunt următoarele:
Mythology de Bulfinch, *The Greek Myths* de Graves, *Mythology* de Hamilton, *The Classical Dictionary* al lui Lemprière (Londra, 1818), *Metamorfozele* lui Ovidiu și exemplarul mamei mele din lucrarea lui Edwards *Handbook of Mythology*, cu pagina de titlu lipsă (Eldredge & Brothers, anul de apariție necunoscut.)
Scufița Roșie provine din *Blue Fairy Book* de Andrew Lang, *The Grimm's Fairy Tales* (ediția Grosset & Dunlap) și *Standard Dictionary of Folklore, Mythology, and Legend* de Funk și Wagnall (New York, 1950). În Franța, ea este cunoscută sub numele de „Petit Chaperon Rouge" sau „Băsmăluța Roșie" (Perrault, 1697), iar în Germania, sub numele „Rotkäppchen" sau „Șăpcuța roșie".
Tendința psihanaliștilor de a se concentra asupra acțiunii de umplere a burții lupului cu pietre este irelevant pentru scopurile noastre și oricum, mie unul, episodul îmi pare a fi o interpolare. Literatura psihanalitică pe tema SR începe cu două articole din 1912, unul semnat de O. Rank, iar celălalt de M. Wulff, urmate de articolul lui Freud despre „Apariția în vise a unor materiale din basme" (1913), cel mai ușor de găsit în ediția broșată a lucrării sale *Delusion and Dream* (Beacon Press, Boston, 1956). Una dintre cele mai binecunoscute discuții este aceea a lui Erich Fromm în lucrarea *The Forgotten Language* (Grove Press, New York, 1951). Fromm spune: „Cea mai mare parte a simbolismului din acest basm poate fi înțeleasă fără greutate. «Scufița din catifea roșie» este un simbol al menstruației." El nu spune de către cine poate fi înțeles fără greutate și nici pentru cine reprezintă scufița un simbol al menstruației. Lucrarea recentă a lui L. Veszy-Wagner intitulată „Little Red Riding Hood on the Couch" (*Psychoanalytic Forum* 1: 399-415, 1966), oferă cel puțin material din cazuistică, chiar dacă nu este convingător. Probabil cele mai bune ipoteze sunt avansate de Elisabeth Crawford în lucrarea ei, „The Wolf as Condensation" (*American Imago*, 12: 307-314, 1955).
În viața reală, lupii nu sunt chiar atât de răi cum apar în basme. Vezi articolul „Lupii sociali, la fel ca și câinii... pot fi învățați să fie prietenoși față de oameni", de P. McBroom, *Science News* 90: 174, 10 septembrie 1966. Articolul face un rezumat al studiilor efectuate de G.B. Raab și J.H. Woolpy asupra vieții sociale a lupilor, din care rezultă că și aceștia joacă jocuri tranzacționale. Mai exact, lupii proscriși joacă „Piciorul de lemn", șchiopătând ca pentru a cere tratament special.

D. Așteptând *rigor mortis*

Unul dintre obiectivele analizei scenariilor constă în plasarea planului de viață al pacientului în contextul general al psihologiei istorice a întregii specii umane, psihologie ce pare să nu se fi schimbat prea mult din vremea peșterilor, pe parcursul perioadei așezărilor predominant agricole și a marilor guvernări totalitare din Orientul Mijlociu, și până-n prezent. În cartea *The Hero With a Thousand Faces* — cel mai bun manual pentru analiza scenariilor de viață —, Joseph Campbell rezumă această idee astfel:

„Freud, Jung și continuatorii lor au demonstrat mai presus de orice îndoială că logica, eroii și faptele miturilor supraviețuiesc în epoca modernă. [...] Cea mai recentă încarnare a lui Oedip, povestea de dragoste perpetuă dintre Frumoasă și Bestie pot fi găsite în după-amiaza asta la intersecția dintre Forty-Second Street și Fifth Avenue, așteptând să se schimbe semaforul." El arată că în timp ce eroul mitic obține triumfuri

de răsunet mondial, care intră în istorie, eroul basmelor obține doar mici victorii domestice. Am putea adăuga că pacienții sunt pacienți fiindcă nu pot să dobândească victoriile pe care le urmăresc și totodată să supraviețuiască. În consecință, vin la medic, „cunoscătorul tuturor căilor de taină și a vorbelor pline de putere. Rolul lui este exact cel al Bătrânului Înțelept din mituri și basme, ale cărui cuvinte îl ajută pe erou să traverseze încercările și întâmplările înspăimântătoare ale ciudatei aventuri".

Aceasta este, în orice caz, percepția Copilului din pacient, indiferent în ce fel istorisește Adultul lui povestea, și e foarte evident faptul că toți copiii, încă din zorii omenirii, au trebuit să se confrunte cu aceleași probleme și au avut aproximativ aceleași arme la dispoziție. În ultimă instanță, viața e același vin vechi, pus în sticle noi: nucile de cocos și recipientele din bambus au lăsat locul burdufului din piele de capră, acesta a fost înlocuit de vasele din ceramică, de acolo s-a ajuns la sticlă, iar de la sticlă, la plastic, dar strugurii nu s-au schimbat deloc, primul pahar a rămas la fel de îmbătător ca întotdeauna, iar pe fundul sticlei se găsește și acum aceeași drojdie. Așadar, după cum spune Campbell, vom găsi prea puține variații în ce privește forma aventurilor și a personajelor implicate în ele. De aceea, dacă cunoaștem o parte din elementele scenariului pacientului, putem să anticipăm cu oarecare încredere încotro se îndreaptă și să-i schimbăm traiectoria înainte ca el să se confrunte cu nefericirea sau cu dezastrul. Asta se numește psihiatrie preventivă sau „a face progrese". Și mai bine, îl putem determina să-și modifice scenariul sau chiar să renunțe complet la el, ceea ce se numește psihiatrie curativă sau „însănătoșire".

Prin urmare, identificarea cu precizie a mitului sau basmului pe care-l urmează pacientul nu ține de doctrină sau de necesitate, dar cu cât ne putem apropia mai mult, cu atât mai bine. În lipsa unei astfel de temelii istorice, greșelile sunt frecvente. Un simplu episod din viața pacientului — sau jocul lui preferat — poate fi confundat cu scenariul întreg, sau apariția unui simbol animal izolat, cum ar fi lupul, îl poate determina pe terapeut să scuture mărul ca să culeagă prune. A corela viața pacientului sau planul de viață al stării sale de Copil cu o narațiune coerentă, care a supraviețuit sute sau mii de ani datorită faptului că se adresează în mod universal straturilor primitive ale psihicului omenesc, ne dă, în cel mai rău caz, senzația că lucrăm pe o temelie solidă, iar în cel mai bun caz, indicii foarte precise privind măsurile ce trebuie luate pentru a schimba sau evita un sfârșit nefericit.

Scenariul „Așteptând rigor mortis*"*

Spre exemplu, un basm poate dezvălui elemente ale unui scenariu care altfel sunt greu de scos la iveală, cum ar fi „iluzia scenariului". Analistul tranzacțional consideră că simptomele psihiatrice rezultă dintr-o formă de autoînșelare. Dar pacienții pot fi vindecați pentru simplul fapt că viața și dizabilitățile lor se bazează pe un rod al imaginației.

În scenariul cunoscut sub numele de „Femeia frigidă" sau „Așteptând *rigor mortis*" (ARM), mama îi spune mereu fiicei sale că bărbații sunt niște animale, dar că e de datoria unei soții să se supună bestialității lor. Dacă mama face suficiente presiuni, fata poate chiar să ajungă să creadă că va muri dacă are orgasm. De obicei, astfel de mame sunt niște mari snoabe și oferă o cale de eliberare sau un „antiscenariu" care va înlătura blestemul. Fiica are voie să facă sex dacă se căsătorește cu o persoană foarte importantă, cum ar fi Prințul cu merele de aur. Dar, îi spune ea fiicei în mod eronat, dacă nu reușește acest lucru, „toate necazurile tale se vor încheia când vei ajunge la menopauză, fiindcă atunci n-o să te mai pască pericolul să te simți sexi".

Se pare că avem deja trei iluzii: Orgathanatos sau orgasmul fatal, Prâslea cel Voinic și Fericita Eliberare sau menopauza purificatoare. Dar nici una dintre ele nu este adevărata iluzie a scenariului. Fata a probat Orgathanatos prin masturbare și știe că nu e fatal. Prințul cu merele de aur nu e o ilu-

zie, fiindcă s-ar putea să găsească un astfel de bărbat, așa cum s-ar putea să câștige la loterie sau să-i pice patru ași într-o partidă de pocher; aceste două evenimente sunt puțin probabile, dar nu mitice: uneori chiar se întâmplă. Iar Fericita Eliberare nu e un lucru pe care să-l dorească într-adevăr Copilul din ea. Ca să găsim iluzia scenariului ARM trebuie să găsim basmul care-i corespunde.

Povestea Frumoasei din Pădurea adormită

O ursitoare furioasă spune că prințesa se va înțepa în deget cu un fus și va cădea moartă. Altă ursitoare modifică deznodământul, înlocuind moartea cu un somn de o sută de ani. Când împlinește cincisprezece ani, prințesa se înțeapă într-adevăr în deget și adoarme imediat. În aceeași clipă, toate vietățile și toate lucrurile din castel adorm la rândul lor. Pe parcursul celor o sută de ani, mulți prinți încearcă să ajungă la prințesă prin mărăcinii care au crescut în jurul ei, dar nici unul nu reușește. În cele din urmă, după ce sorocul s-a scurs, sosește la castel un prinț care izbutește să răzbată înăuntru, fiindcă mărăcinii îi dau voie să treacă. O găsește pe prințesă și o sărută, iar ea se trezește și cei doi se îndrăgostesc. În aceeași clipă, toate vietățile și toate lucrurile din castel se trezesc și-și continuă activitățile exact din momentul în care se întrerupseseră, ca și cum nu s-ar fi întâmplat nimic și timpul a stat în loc de când au adormit. Prințesa însăși are tot cincisprezece ani, nu o sută cincisprezece. Ea și prințul se căsătoresc și, într-o variantă a poveștii, trăiesc fericiți până la adânci bătrâneți, iar în alta, ăsta e doar începutul necazurilor lor.[16]

[16] Și „Frumoasa din Pădurea adormită" este preluată din *Blue Fairy Book* de Andrew Lang și din Frații Grimm. Există și o versiune mai pe larg, cu niște ilustrații sinistre realizate de Arthur Rackham, de asemenea foarte populară.

În mitologie există numeroase tipuri de somn vrăjit. Poate cel mai binecunoscut este somnul Brunhildei, care este lăsată adormită pe un munte, înconjurată de un cerc de foc pe care doar un erou poate să-l străpungă, faptă îndeplinită de Siegfried.[17]

Într-un fel sau altul, cu mici modificări, aproape toate întâmplările din povestea Frumoasei din Pădurea Adormită pot să aibă loc cu adevărat. Se întâmplă într-adevăr ca fetele să se înțepe în deget și să leșine, se întâmplă să adoarmă în turnul lor și se întâmplă ca prinții să hoinărească prin pădure în căutare de fecioare frumoase. Singurul lucru care nu se poate întâmpla e ca toate lucrurile și toate ființele să rămână neschimbate, la aceeași vârstă, după atât de mulți ani de absență. Asta e o iluzie adevărată, fiindcă așa ceva nu este doar improbabil, ci imposibil. Și tocmai pe această iluzie se bazează scenariile de tip ARM: anume, că atunci când prințul apare în sfârșit, prințesa va avea tot cincisprezece ani, și nu treizeci, patruzeci sau cincizeci, și că vor avea întreaga viață înainte. Este iluzia tinereții perpetue, fiică modestă a iluziei nemuririi. E greu să-i spui prințesei, în viața reală, că prinții sunt bărbați tineri și că până să atingă vârsta ei, devin regi și sunt mult mai puțin interesanți. În asta constă cea mai problematică parte a misiunii analistului de scenarii: să sfărâme iluzia, să aducă la cunoștința Copilului pacientei că nu există

[17] Pentru mai multe informații despre utilizarea actuală a basmelor în psihiatrie, vezi Heuscher, J. *A Psychiatric Study of Fairy Tales*. C.C. Thomas, Springfield, 1963. În această lucrare se găsește o interpretare simbolică existențială. Analiza efectuată de D. Dinnerstein pe marginea basmului „Mica sirenă" (*Contemporary Psychoanalysis* 104-112, 1967) folosește o abordare „maturaționistă", ce implică unele elemente legate de evoluția scenariului.
Mai multă legătură cu analiza scenariilor de viață însă are opera lui H. Dieckmann, care pune basmele în legătură cu tiparele de viață ale pacienților săi într-o manieră sistematică. Vezi Dieckmann, H. „Das Lieblingsmärchen der Kindheit und seine Beziehung zu Neurose un Persönlichkeit". *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie* 6: 202-208, August-Septembrie 1967. De asemenea, *Märchen und Träume als Helfer des Menschen*. Bonz Verlag, Stuttgart, 1966.

Moș Crăciun și să-l convingă. E mult mai ușor pentru amândoi dacă pacientul are un basm preferat cu care să lucreze.

Una dintre problemele practice legate de ARM constă în aceea că dacă prințesa îl găsește într-adevăr pe Prințul cu merele de aur, de multe ori se simte în inferioritate și trebuie să-i găsească acestuia cusururi și să joace „Defectul" ca să-l coboare la nivelul ei, astfel că el ajunge să-și dorească s-o vadă întoarsă între mărăcini și adormită. Pe de altă parte, dacă prințesa se mulțumește cu mai puțin — de pildă, cu Prințul cu merele de argint sau chiar cu vreun vânzător obișnuit de la magazinul alimentar —, se va simți înșelată în așteptări și-și va vărsa năduful pe el, fiind totodată mereu atentă la cele ce se petrec în jur, căci adevăratul Prinț ar putea să apară. Așadar, nici scenariul frigidității și nici antiscenariul magic nu-i oferă prea mari șanse de împlinire. În plus, la fel ca în basm, prințesa trebuie să se confrunte nu doar cu vrăjitoarea ei, ci și cu mama lui.

Scenariul acesta este important pentru că, într-un fel sau altul, foarte mulți oameni de pretutindeni își petrec viața în așteptarea *rigor mortis*.

E. Drama familială

O altă modalitate bună de a scoate la iveală intriga și o parte din cele mai importante replici din scenariul unei persoane constă în a o întreba: „Dacă viața familiei tale ar fi jucată pe scena unui teatru, ce fel de piesă ar fi?" Astfel de drame de familie poartă de obicei numele pieselor de teatru grecești Oedip și Electra, în care băiatul concurează cu tatăl pentru atenția mamei, iar fata îl vrea pe tata doar pentru sine.[18] Dar analistul de scenarii trebuie să știe ce pun la cale, între timp, părinții — să-i numim Stupideo și Artcele, pentru

[18] Cf. Flugel, J.C. *The Psychoanalytic Study of the Family*. Hogarth Press, Londra, 1921.

simplificarea discursului. Stupideo reprezintă cealaltă latură a dramei lui Oedip și exprimă simțămintele fățișe sau deghizate ale mamei față de băiatul ei, în timp ce Artcele reprezintă cealaltă latură a dramei Electrei și arată simțămintele tatălui față de fiică. O cercetare atentă va scoate la iveală aproape de fiecare dată tranzacții bătătoare la ochi, care demonstrează că aceste simțăminte nu sunt imaginare, chiar dacă părintele încearcă să le ascundă, de obicei jucând cu copilul „Zarva". Adică părintele tulburat încearcă să ascundă simțămintele sexuale ale Copilului său față de propria odraslă adresându-i-se ca Părinte și dându-i porunci pe ton de harță. Dar în anumite ocazii, câte ceva din simțămintele respective iese la suprafață, în ciuda tuturor eforturilor de a le deghiza prin „Zarva" și prin alte mecanisme. De fapt, cei mai fericiți părinți sunt adesea aceia care admiră deschis atractivitatea copiilor lor.

La fel ca Oedip și Electra, dramele Stupideo și Artcele au numeroase variante. Pe măsură ce copiii cresc, ele pot ajunge la situații în care mama se culcă cu iubitul băiatului ei sau tatăl se culcă cu prietena cea mai bună a fetei lui. Alte variante mai spre extrem sunt cele în care mama se culcă cu iubitul fetei sau tatăl, cu iubita băiatului.* La acest compliment, tânărul Oedip poate răspunde uneori culcându-se cu amanta tatălui, iar tânăra Electra, cu amantul mamei. Uneori, scenariul familiei cere ca unul sau mai mulți membri să fie homosexuali, existând variații corespunzătoare în jocurile sexuale ale copilului, incestul între frați și, ulterior, seducerea reciprocă a partenerilor. Orice deviere de la rolul Oedip (băiatul care se gândește sau visează la a face sex cu mama) sau Electra (fata care se gândește sau visează la a face sex cu tata) va influența, fără îndoială, întregul curs al vieții persoanei.

În plus față de aspectele sexuale ale dramei familiei sau dincolo de ele există altele, și mai tulburătoare. O tânără homosexuală respinsă și-a atacat iubita, i-a pus cuțitul la gât

* Aceasta se poate întâmpla dacă mama nu are un băiat cu care să joace rolul Iocastei și, la fel, dacă tatăl nu are o fiică.

și a strigat: „Mă lași să-ți fac rănile astea, dar nu vrei să mă lași să ți le vindec!" Poate că acesta este motto-ul tuturor dramelor familiale, originea tuturor suferințelor părinților, motivul revoltei tinerilor și țipătul cuplurilor care încă nu sunt pregătite să divorțeze. Cel rănit fuge, iar strigătul de mai sus reprezintă traducerea în marțiană a declarației: „Mary, vino acasă. Am iertat totul." Tocmai de asta, copiii rămân alături de cei mai jalnici părinți: doare când ești rănit, dar ce plăcută e vindecarea!

F. Destinul uman

E incredibil, în primă instanță, să ne gândim că soarta omului, cu tot ce are ea înălțător și degradant, e hotărâtă de un copil nu mai mare de șase ani, ba de obicei doar de trei ani — și totuși, asta afirmă teoria scenariilor de viață. Ne vine ceva mai ușor să credem după ce stăm de vorbă cu un copil de șase sau poate de trei ani. Și e foarte ușor să credem dacă ne uităm la ceea ce se întâmplă în lume azi, ce s-a întâmplat ieri și ne gândim la ce se poate întâmpla mâine. Istoria scenariilor de viață ale oamenilor poate fi găsită pe monumentele antice, în tribunale și morgi, în case de pariuri și scrisori către editor și în dezbaterile politice, prin care un popor întreg e convins cu vorba să apuce pe drumul cel bun de către un om care încearcă să demonstreze ceea ce i-au spus părinții, pe când era în fașă, că va fi spre binele lumii întregi. Dar din fericire, există oameni cu scenarii bune și unii chiar reușesc să se elibereze și să acționeze în stilul propriu.

Destinul omenesc arată că oamenii ajung la aceleași deznodăminte folosind mijloace diferite și că, folosind aceleași mijloace, ajung la deznodăminte diferite. Poartă cu ei, în minte, scenariul și contrascenariul, sub forma vocilor Parentale, care le spun ce să facă și ce să nu facă; poartă cu ei, de asemenea, propriile aspirații, sub forma imaginilor pe care și le-a construit Copilul despre cum ar dori să fie și, între aceste trei elemente, își construiesc reprezentația. În contextul reprezentației se trezesc încâlciți într-o plasă a scenariilor altor oameni: întâi ale părinților, apoi ale partenerului de viață și, mai presus de toate acestea, scenariul persoanelor care guvernează locul în care trăiesc. Mai există, de asemenea, pericole chimice, cum ar fi bolile infecțioase, și pericole fizice, cum ar fi obiectele dure, cărora corpul omenesc, așa cum e el construit, nu le poate rezista.

Scenariul reprezintă ceea ce a plănuit persoana, în copilăria mică, că va face, iar cursul vieții reprezintă ceea ce se întâmplă în realitate. Cursul vieții este stabilit de gene, de mediul de viață al părinților și de condițiile externe. Un individ ale cărui gene determină retard mental, diformitate fizică sau moarte timpurie din cauza cancerului ori a diabetului nu va avea prea multe ocazii de a lua singur decizii de viață sau de a le duce la împlinire. Cursul vieții sale va fi determinat de moștenirea genetică (sau poate de vătămările produse la naștere). Dacă părinții înșiși au suferit, la rândul lor, privațiuni fizice sau afective grave pe parcursul existenței lor de sugari, aceasta poate distruge șansele copiilor lor de a duce la împlinire un scenariu, ba poate chiar și de a-l alcătui. Se poate ca acești părinți să-și ucidă copiii prin neglijență sau abuz ori să-i condamne la a trăi de la o vârstă fragedă într-o instituție. Bolile, accidentele, oprimarea și războiul pot pune capăt chiar și celui mai atent conceput și mai bine susținut plan de viață, la fel și intrarea temporară în scenariul unei persoane necunoscute — asasin, tâlhar sau șofer iresponsabil. Combinațiile acestor factori — gene plus oprimare, de exemplu — pot bloca atât de multe trasee ale membrilor unei anumite familii, încât acestora le rămân prea puține opțiuni când își planifică scenariul, un curs tragic al vieții fiind aproape inevitabil.

Dar chiar și cu limitări stricte, există aproape întotdeauna alternative posibile. Un bombardament aerian, o epidemie sau un masacru nu lasă deloc de ales, dar la următorul nivel, persoana este în stare să aleagă între a ucide, a fi ucisă sau

a-și lua viața, iar opțiunea va depinde de scenariul său — adică de tipul de hotărâri pe care le-a luat în copilăria mică.

Diferența dintre cursul vieții și planul de viață poate fi ilustrată cu ajutorul a doi șobolani folosiți într-un experiment în care s-a urmărit a se demonstra că experiențele timpurii ale mamei-șoarece pot să afecteze comportamentul urmașilor ei.[19] Primul animal purta numele Victor Purdue-Wistar al III-lea sau, pe scurt, Victor. (De fapt, Purdue-Wistar era numele de familie al șoarecilor folosiți în experiment, iar Victor și Arthur erau prenumele nașilor lor, experimentatorii.) Victor se trăgea dintr-un lung șir de subiecți experimentali, iar genele sale erau adecvate pentru poziția pe care o ocupa. Mama lui, Victoria, fusese mângâiată și manevrată cu grijă cât fusese pui. Vărul lui îndepărtat, Arthur Purdue-Wistar al III-lea (Arthur), era la fel de potrivit pentru rolul de subiect experimental. Mama lui, Arthuria, fusese ținută tot timpul în cușca ei și, cât fusese pui, nu primise niciodată mângâieri. Când cei doi veri au crescut, s-a constatat că Victor cântărea mai mult, explora mai puțin și se ușura mai des decât Arthur. Nu se spune ce s-a întâmplat cu ei pe termen lung, după încheierea experimentului, dar probabil că soarta lor a depins de forțe externe, ca de pildă pentru ce au avut nevoie experimentatorii să-i folosească. Așadar, cursul vieții fiecăruia a fost determinat de zestrea sa genetică, de experiențele timpurii ale mamei și de hotărârile luate de forțe superioare, asupra cărora nu aveau control și în fața cărora nu puteau să pledeze. Orice „scenariu" sau „plan" ar fi vrut să pună în aplicare ca indivizi era limitat de toate acestea. În consecință, Victor, căruia îi plăcea să vegeteze, putea să-și satisfacă această plăcere, în timp ce Arthur, care voia să exploreze, se simțea frustrat în cușca lui și nici unul dintre ei, oricât de puternice le-ar fi fost pornirile, nu putea încerca să dobândească nemurirea prin reproducere.

[19] Denenberg, V.H. și Whimby, A.E.: „Behavior of Adult Rats is Modified by the Experiences Their Mothers Had as Infants". *Science* 142: 1192-1193, 29 noiembrie 1963.

Tom, Dick și Harry, veri îndepărtați ai lui Victor și Arthur, au avut altfel de experiențe. Tom a fost programat să apese o pedală pentru a evita să i se aplice un șoc electric, iar ca recompensă primea un cocoloș de hrană. Dick a fost programat în același mod, atâta doar că în cazul lui răsplata consta într-o porție de băutură alcoolică. Și Harry a fost programat să evite șocul cel neplăcut, dar drept recompensă primea un șoc plăcut. După o vreme au schimbat rolurile, astfel că, pe termen lung, au traversat cu toții toate trei programările. Pe urmă au fost puși într-o cușcă în care existau trei pedale: una pentru hrană, una pentru alcool și una pentru șocul plăcut. Astfel, fiecare putea să „decidă" singur cum vrea să-și petreacă viața: mâncând, zăcând în apatie alcoolică, savurând fiori electrizanți ori toate trei în orice combinație sau succesiune. În plus, noua cușcă mai conținea și o bandă de alergare, astfel că fiecare putea hotărî dacă vrea să facă și mișcare, pe lângă celelalte recompense.

Această situație era exact ca o stabilire a scenariului, căci fiecare șoarece putea hotărî dacă vrea să-și petreacă viața ca gurmand, alcoolic, căutător de senzații tari ori atlet sau dacă preferă o combinație moderată. Dar cu toate că fiecare putea să-și pună în aplicare „decizia privind scenariul" și să suporte consecințele câtă vreme rămânea în cușcă, deznodământul real al vieții lor depindea de o *force majeure* externă, deoarece experimentatorul putea să oprească experimentul și să întrerupă „scenariul" oricând avea chef. Așadar, cursul existenței și stilul de viață al subiecților erau în mare măsură determinate de „planul lor de viață", cu excepția deznodământului final, care era stabilit de altcineva. Dar aceste „planuri de viață" puteau fi alese doar dintre alternativele oferite de „părinți" — experimentatorii care i-au programat. Ba chiar și alegerea respectivă era influențată de lucruri pe care le trăiseră înainte.

Deși oamenii nu sunt animale de laborator, se poartă deseori ca și cum ar fi. Uneori sunt puși în cușcă și tratați ca niște cobai, manipulați și sacrificați după placul stăpânilor.

Dar de multe ori, cușca are o ușă deschisă și omul nu trebuie decât să iasă de acolo, dacă vrea. Dacă nu vrea, de cele mai multe ori scenariul său e cel care-l ține pe loc. Cușca e un loc familiar, liniștitor; după ce aruncă o privire în lumea largă a libertății, cu toate bucuriile și primejdiile ei, omul se întoarce în cușca lui cu butoane și pedale, știind că, dacă-și face de lucru apăsându-le și dacă-l apasă pe cel potrivit la momentul potrivit, va avea asigurate hrana, băutura și câte o experiență palpitantă ocazională. Dar o asemenea persoană închisă în cușcă speră sau se teme mereu că o forță superioară sieși, Marele Experimentator sau Marele Computer, va schimba sau va încheia totul.

Forțele destinului uman sunt în număr de patru, toate de temut: programarea parentală demonică, sprijinită de vocile lăuntrice pe care cei din vechime le numeau *Daemon*; programarea parentală constructivă, susținută de imboldul vieții numit pe vremuri *Phusis*; forțele externe, numite și acum Soartă; și aspirațiile independente, pentru care anticii nu aveau nume, din moment ce, în concepția lor, astfel de lucruri constituiau îndeobște privilegiul zeilor și regilor. Din aceste forțe rezultă patru tipuri de curs al vieții, ce pot fi uneori combinate și care conduc la un destin final de un fel sau altul: în ton cu scenariul (în original, *scripty*), în ton cu contrascenariul (în original, *counterscripty*), forțat sau independent.

G. Perspectivă istorică

În virtutea profesiei sale, psihiatrul sau psihologul clinician se interesează de *orice* ar putea să afecteze comportamentul pacientului. În capitolele ce urmează nu se încearcă să se ia în discuție toți factorii ce ar putea să afecteze *cursul* vieții individului, ci doar aceia despre care se știe în prezent că exercită o influență puternică asupra *planului* de viață.

Dar înainte de a vedea cum sunt alese, întărite și puse în aplicare scenariile și de a diseca elementele din care sunt alcătuite, ar trebui să afirmăm că ideea nu e complet nouă. În literatura clasică și modernă există multe aluzii la faptul că întreaga lume nu e decât o scenă, iar oamenii sunt simpli actori, dar aluziile se deosebesc de o cercetare susținută și în cunoștință de cauză a problemei. Mulți psihiatri și elevii lor au efectuat astfel de investigații, dar ei nu au reușit să meargă prea departe într-o manieră sistematică, fiindcă nu aveau la dispoziție instrumentele puternice ale analizei structurale (diagrama și clasificarea tranzacțiilor), analizei jocului (descoperirea păcălelii, a chichiței, a comutatorului și a răsplatei) și analizei scenariului (matricea scenariului, cu visele, tricoul inscripționat, taloanele și celelalte elemente care derivă din ea).

Ideea generală că viața omenească urmează tiparul existent în mituri, legende și basme este cel mai elegant prezentată în cartea lui Joseph Campbell la care am făcut trimitere anterior.[20] El își întemeiază gândirea psihologică în principal pe scrierile lui Jung și Freud. Ideile cele mai binecunoscute ale lui Jung în acest sector sunt arhetipurile (corespunzătoare personajelor magice dintr-un scenariu) și persona (stilul în care este jucat un scenariu).[20] Restul ideilor lui Jung nu sunt

---

[20] Bibliografia pentru trecutul istoric al conceptului de scenariu de viață este următoarea:

Adler, A. „Individual Psychology", în *The World of Psychology*, coord. G.B. Levitas, George Braziller, New York, 1963.

Campbell, J. *The Hero With A Thousand Faces*. Pantheon Books, New York, 1949.

Erikson, E. *Childhood and Society*. W. W. Norton & Company, New York, 1950.

Freud, S. *Beyond the Pleasure Principle*. International Psychoanalytical Press, Londra, 1922.

Glover, E. *The Technique of Psycho-Analysis*. International Universities Press, New York, 1955.

Jung, C.G. *Psychological Types*. Harcourt, Brace & Company, New York, 1946.

Rank, O. *The Myth of the Birth of the Hero*. Nervous and Mental Diseases Monographs, New York, 1910.

ușor de înțeles sau de pus în legătură cu oamenii reali în lipsa unei instruiri foarte speciale, și chiar și atunci sunt supuse unor diferite interpretări. În general, Jung se pronunță în favoarea reflecției asupra miturilor și basmelor, aceasta constituind o importantă parte a influenței sale.

Freud leagă în mod direct numeroase aspecte ale existenței umane de o singură dramă — mitul lui Oedip. În limbaj psihanalitic, pacientul este Oedip, un „personaj" care prezintă „reacții". Oedip e ceva ce se petrece în mintea pacientului. În analiza scenariului de viață, Oedip este o dramă în plină desfășurare, ce se petrece chiar acum, împărțită în scene și acte, cu intrigă, punct culminant și final. Este esențial ca și ceilalți să-și joace rolul, iar pacientul are grijă de acest lucru. El știe ce să spună doar oamenilor ale căror scenarii se potrivesc sau se îmbină armonios cu al lui. Dacă scenariul îi cere să ucidă un rege și să se însoare cu o regină, trebuie să găsească regele al cărui scenariu îi cere să fie ucis și regina al cărei scenariu îi cere să fie într-atât de proastă încât să se mărite cu el. Unii dintre continuatorii lui Freud, cum ar fi Glover, încep să admită că Oedip este o dramă, nu un simplu set de „reacții", în timp ce Rank, principalul predecesor al lui Campbell, a arătat că miturile și basmele cele mai importante își au originea în una și aceeași intrigă fundamentală, iar această intrigă apare în visele și viața unui mare număr de oameni pe tot cuprinsul lumii.

Freud vorbește despre compulsia la repetiție și compulsia destinului[20], dar continuatorii lui nu au dus aceste idei prea departe, pentru a le aplica la întregul curs al vieții pacienților lor. Erikson este cel mai activ psihanalist în ceea ce privește efectuarea de studii asupra ciclului vieții omenești de la naștere până la moarte și, firește, multe dintre descoperirile sale sunt confirmate de analiza scenariului. În general, se poate spune că analiza scenariului este freudiană, dar nu și psihanalitică.

Dintre toți cei care au precedat analiza tranzacțională, exprimarea lui Alfred Adler s-a apropiat cel mai mult de cea a analistului de scenarii.

> Când cunosc obiectivul unei persoane, știu în linii mari ce se va întâmpla. Sunt în măsură să așez în ordinea cuvenită fiecare dintre acțiunile succesive întreprinse [...]. Trebuie să ținem minte că persoana aflată sub observație n-ar ști ce să facă cu sine dacă n-ar fi orientată spre un anumit țel [...] care-i stabilește cursul vieții [...] viața psihică a omului este făcută în așa fel încât să se potrivească în actul al cincilea, ca un personaj conturat de un bun dramaturg [...] pentru a ne ajuta să pricepem cât de cât o persoană, fiecare fenomen psihic poate fi înțeles doar dacă este privit ca pregătire pentru atingerea unui țel [...] o încercare de a obține o compensație finală anticipată și un plan de viață (secret) [...] planul de viață rămâne în inconștient, astfel că pacientul poate crede că se află sub influența soartei implacabile, și nu a unui plan îndelung pregătit și îndelung cumpănit, pentru care doar el este răspunzător [...]. Un asemenea om își încheie socotelile și se împacă cu viața construind una sau mai multe „propoziții condiționale". „Dacă circumstanțele ar fi fost diferite..."

Singurele obiecții pe care le-ar aduce la aceste afirmații un analist de scenarii sunt: (1) de obicei, planul de viață nu este inconștient; (2) persoana nu este în nici un caz singura responsabilă pentru acel plan; (3) țelul și modalitatea de a-l atinge (tranzacțiile reale) pot fi anticipate cu mult mai mare precizie decât afirma chiar și Adler.[20]

Recent, psihiatrul britanic R.D. Laing a descris, într-o emisiune de radio, o concepție de viață uimitor de asemănătoare, chiar și prin terminologie, cu teoria prezentată în această carte. Spre exemplu, el folosește termenul „poruncă" (în original, *injunction*) pentru a denumi programarea parentală puternică.[21] Întrucât la momentul scrierii cărții de față el încă nu și-a publicat aceste idei, nu este posibil să le evaluăm într-un mod adecvat.

---

[21] Termeni între care prima oară a făcut legătura C.M. Steiner (*Transactional Analysis Bulletin* 5: 133, Aprilie 1966).

Însă mult mai vechi decât toate acestea sunt analiştii de scenarii din vechea Indie, care-şi întemeiau pronosticurile în principal pe astrologie. După cum spune *Panchatantra* foarte inspirat, în jurul anului 200 î.Hr.:

Cinci lucruri hotărâte-s pentru om
Mai înainte de-a ieşi din pântec:
Lungimea zilelor, averea, soarta,
Învăţătura şi mormântul.[22]

Pentru a actualiza această afirmaţie avem de făcut doar foarte mici modificări:

Cinci lucruri le primeşti de la părinţi
La şase veri după ce ieşi din pântec:
Lungimea zilelor, averea, soarta,
Învăţătura şi mormântul.

[22] *Panchatantra*. Trad. A.W. Ryder, University of Chicago Press, 1925, p. 237. Deşi textul datează din jurul anului 200 î.Hr., versiunea de faţă se găseşte într-un manuscris din 1199 d.Hr., probabil din codicele ebraic. Lucrarea originală, compusă din cinci cărţi, s-a pierdut, dar multe dintre povestiri se repetă în lucrarea medievală *Hitopadesa*, alcătuită din patru cărţi. Unii datează manuscrisul sanscrit original mult mai târziu, în jurul anului 300 d.Hr.

Capitolul 4
INFLUENŢE PRENATALE

A. Chestiuni introductive

Scena pe care se interpretează scenariul a început să existe cu foarte multă vreme în urmă, când viaţa a apărut pentru prima oară din mâl şi a început să-şi transmită experienţa, pe cale chimică, prin intermediul genelor, generaţiilor următoare. Această bifurcare chimică a culminat cu păianjenul, care-şi ţese ciudata pânză geometrică, circulară fără instrucţiuni, spiralele răsucite ale cromozomilor săi oferindu-i instantaneu schiţe inginereşti cu ajutorul cărora va construi un pod în orice colţ unde se găsesc muşte din belşug.[23] În cazul lui, scenariul este scris în molecule fixe de acizi organici (ADN), pe care i le-au transmis părinţii, iar el îşi petrece întreaga viaţă ca o peniţă educată, îndeplinindu-le instrucţiunile fără să fie posibilă vreo deviere sau vreo îmbunătăţire, decât poate prin intermediul substanţelor chimice administrate din exterior sau al unui accident neobişnuit, aflat mai presus de controlul lui.

Şi la om, genele determină chimic unele tipare pe care el trebuie să le urmeze şi de la care nu se poate abate. Ele stabilesc, de asemenea, limita superioară a aspiraţiilor sale: cât de departe poate ajunge ca sportiv, gânditor sau muzician, de pildă, cu toate că, din cauza barierelor psihologice, mici sau mari, puţini oameni îşi realizează la maximum potenţialul chiar şi în aceste domenii. Mulţi oameni cu înzestrarea chimică a unui mare balerin îşi petrec timpul dansând cu farfuriile

[23] Witt, P.N. şi Reed, C.F. „Spider-Web Building". *Science* 149: 1190-1197, 10 Septembrie 1965.

altor oameni într-o sală de mese, iar alții, cu gene de matematician, își trec zilele jonglând cu hârtiile altora într-o cameră dosnică dintr-o bancă sau dintr-o casă de pariuri. Dar între granițele limitărilor sale, oricare ar fi acestea, fiecare om are posibilități imense de a-și stabili singur soarta. Însă de obicei, părinții hotărăsc în locul lui cu mult timp înainte ca el să poată înțelege ce fac.

Pe măsură ce viața s-a eliberat într-o anumită măsură de tiparele chimice rigide, au apărut treptat alte modalități de reglare a comportamentului, spre compensație. Dintre ele, poate cea mai primitivă este imprintingul, care se plasează doar cu un pas dincolo de reflex.[24] Prin imprinting, un organism foarte tânăr, aflat la începutul vieții, va urma automat un anumit obiect și îl va considera ca mama sa, indiferent dacă este cu adevărat mama sau un simplu cartonaș galben plimbat pe o sfoară în fața lui. Această reacție automată contribuie la a-i asigura supraviețuirea în momente de stres, dar dacă o ia razna, poate și să creeze probleme.

Următoarea treaptă a apărut când unele animale au rămas lângă mama lor și au învățat prin joc; tiparele prea complexe sau prea variabile pentru a fi transmise prin gene puteau fi învățate cu ajutorul mușcăturii în joacă, a tăvălelii sau a unei palme peste ureche.[25] Apoi a venit imitația și reacția la semnalele vocale, astfel că animalul tânăr putea să facă nu doar ceea ce-l îndemnau genele și ce învățase la sânul mamei, dar și ce a văzut și a auzit în viața reală din mări, de pe câmpii și din păduri.

Acum se știe că aproape orice fel de organism viu poate să învețe. Bacteriile pot fi „învățate" pe cale chimică să folosească un tip de zahăr ca substitut pentru altul. Aproape toate celelalte animale, de la viermi în sus, pot fi învățate psihologic, prin reflex condiționat, să execute tipare comportamen-

24 Lorenz, K.Z. *King Solomon's Ring*. Thomas Y. Crowell Company, New York, 1933.

25 Bateson, G. „The Message «This is Play»". În *Group Processes: Transactions of the Second Conference*. (Bantam Schaffner, coord.) Josiah Macy, Jr. Foundation, New York, 1956.

tale noi, speciale. Probabil că, în ultimă instanță, și acest lucru are tot substrat chimic, depinzând de tipuri de ADN mai flexibile decât cel existent în gene. Dar pentru învățare este nevoie de profesori, iar cu ei, lucrurile stau cu totul altfel. Ei trebuie să se situeze cu o treaptă sau o dimensiune deasupra organismelor pe care le instruiesc. Aceasta înseamnă că trebuie domesticiți. Domesticirea e la fel de diferită de instruire pe cât este pisica de tigru. La animale, domesticirea înseamnă că animalul se supune stăpânului chiar și când el nu este de față. Acest lucru se deosebește de instruire, fiindcă pentru instruire e nevoie de un stimul extern care să declanșeze un anumit tipar comportamental, pe când domesticirea asigură producerea comportamentului fiindcă stimulul se află în mintea animalului. Un animal instruit se va supune vocii stăpânului când o aude; unul domesticit n-are nevoie s-o audă, fiindcă o poartă în creier. Așadar, animalele pot fi învățate să facă tot felul de lucruri la comanda instructorului lor, dar nu pot fi învățate prea ușor să nu facă mizerie în casă. Cele domesticite merg mai departe de atât; ele pot fi învățate să se poarte așa cum dorește stăpânul lor chiar și în lipsa acestuia. Există diferite grade de domesticire, și dintre toate animalele, cele mai domestice sunt copiii oamenilor.

Cele mai inteligente animale — maimuțele în general, maimuțele antropoide și oamenii (poate și delfinii) — au o altă capacitate specială: cea de invenție. Asta înseamnă că pot face lucruri pe care nimeni din neamul lor nu le-a mai făcut vreodată: orice lucru, de la stivuirea unor cutii din lemn una peste alta și îmbinarea a două vergele pentru a obține una mai lungă[26], până la călătoria spre lună.

Pentru a explica acest progres, putem presupune că ADN-ul evoluează, luând forme tot mai flexibile și mai adaptabile. Alcătuit inițial din moleculele casante ale genelor, care nu pot fi modelate, ci doar sfărâmate, s-a înmuiat suficient pentru a putea suporta mici modificări sub acțiunea loviturilor blânde,

26 Zuckerman, S. *Functions Affinites of Man, Monkeys, and Apes*. Harcourt Brace & Company, New York, 1933.

dar repetate ale condiționării, deși ar reveni la forma inițială dacă acestea n-ar fi întărite din când în când. Apoi s-a înmuiat și mai mult, astfel încât să poată înregistra ecourile unor voci și întâmplări între timp dispărute și să le păstreze pe toată durata vieții, mult timp după ce ele au fost uitate. În forme și mai flexibile devine vehiculul memoriei și al conștiinței. Iar în cea mai sensibilă formă de până acum, se modifică și vibrează sub adierea experienței pentru a ne dărui gândirea și inventivitatea. Ce se va întâmpla când va deveni și mai delicat în reacții, nici unul dintre noi, cei care trăim acum, nu va afla vreodată, dar cândva, descendenții noștri vor fi niște ființe uimitoare, pe care acum doar poeții și le pot imagina, deși nici ei prea clar.

Ființele omenești au toate capacitățile menționate mai sus. Tiparele lor comportamentale sunt determinate de genele rigide ale reflexelor, de imprintingul primitiv, de jocul și imitația întreprinse în primii doi ani de viață, de domesticirea socială și de invenția spontană. Scenariile includ toate acestea. Ființa umană tipică, pe care o vom numi Jeder, îi reprezintă pe aproape toți membrii speciei umane, pe orice petic de pământ și în orice climă. El își desfășoară scenariul fiindcă acesta i-a fost plantat în minte de părinți la o vârstă fragedă și rămâne în capul lui pentru tot restul vieții, chiar și după ce „ființa în carne și oase" a acestora a dispărut pentru totdeauna. Scenariul funcționează ca o cartelă de computer sau ca un cilindru de pian mecanic, care emite reacții în ordinea planificată mult după ce persoana care a găurit cartela a părăsit scena. În timpul ăsta, Jeder șade în fața pianului și-și plimbă degetele pe claviatură, având iluzia că el este cel care duce balada populară sau concertul maiestuos la finalul dinainte știut.

B. Influențele ancestrale

În interviul clinic, originea unor scenarii poate fi urmărită până la străbunici, iar dacă istoria familiei este înregistrată în documente, cum se întâmplă deseori în cazul regilor și curtenilor, poate să meargă chiar și o mie de ani în trecut. Fără îndoială, scenariile de viață au apărut când prima ființă cu înfățișare de om s-a ivit pe pământ[27], și nu există motive pentru a presupune că scenele, actele și deznodămintele erau pe atunci altele decât acum. Cursul vieții regilor din Egipt — cele mai vechi biografii de care dispunem — sunt categoric scenarii tipice. Povestea lui Amenhotep al IV-lea, care, cu 3 500 de ani în urmă, și-a schimbat numele în Ihnaton, este un bun exemplu.[28] Prin această schimbare, el a obținut măreție și totodată furia violentă a celor care i-au urmat. Dacă se pot obține informații despre strămoșii îndepărtați sau despre străbunici, cu atât mai bine pentru analistul de scenarii, dar în practica obișnuită, în cele mai multe cazuri, istoria persoanei începe cu bunicii.

Cât de mult influențează bunicii, vii sau morți, viața nepoților e un lucru bine știut, ba chiar proverbial. Pentru un scenariu bun: „Ca să obții o mare doamnă începe cu bunica", iar pentru unul prost: „De la mâneci scurte la mâneci scurte în trei generații". Mulți copii aflați la o vârstă fragedă vor nu

[27] Simons, E.L. „Some Fallacies in the Study of Hominid Phylogeny". *Science* 141: 879-889, 6 septembrie 1963.

[28] Cf. Freud, S. *Moses and Monotheism*. Alfred A. Knopf, New York, 1939.

Din punctul de vedere actual, textul se referă la efectul scenariului lui Ikhnaton asupra scenariului lui Moise. În limbajul analizei scenariilor, Ikhnaton ocupă locul de *euhemerus* sau „bunic" al tuturor israeliților, iar scenariul lor îl urmează pe al lui: templele sale au fost distruse, iar adepții, persecutați sau uciși. Israeliții de astăzi dețin antiteza corectă a acestui scenariu, anume întrebuințarea instrumentelor necesare pentru a evita sfârșitul tragic.

Amenhotep-haq-Uast mai avea și un alt nume (pe lângă Okhnaton): Nefer-kheperu-Ra-ua-en-Ra; hieroglifele care-l alcătuiesc se pot traduce aproximativ prin „Ia-ți flautul și scarabeul și bucură-te de soare", iar potrivit casetei dedicată lui Ikhnaton, el a dat aceste obiecte în schimbul unei prăjituri și a unei pene (Caracterul nr. 12 și Arbori și Plante Nr. 33 în clasificarea Holzhausen a hieroglifelor). E un schimb de scenariu modern, hippie, în ambele direcții: oamenii care au o chitară jinduiesc după prăjitură, iar cei care au o prăjitură o dau în schimbul unei chitare.

doar să-și imite înaintașii, ci și-ar dori chiar să *fie* propriii lor bunici.[29] Această dorință nu numai că are o influență considerabilă asupra scenariului lor de viață, ci, mai mult, poate provoca o confuzie considerabilă în relația lor cu părinții.[30] Mamele americane îndeosebi, se spune, își preferă tații în fața soților și-și încurajează băieții să-l imite pe bunicul, nu pe tata.[31]

Cea mai productivă întrebare ce poate fi pusă în privința influențelor ancestrale este: „Ce fel de viață au avut bunicii tăi?" Răspunsurile se încadrează de obicei într-unul din următoarele patru tipuri:

1. *Mândria strămoșească.* Un învingător sau „prinț" va afirma, cu aerul că dă o informație banală: „Strămoșii mei au fost regi ai Irlandei" sau „Stră-străbunicul meu a fost rabin șef în Lublin". Se pare că vorbitorul are „permisiunea" de a păși pe urmele acestor strămoși și de a deveni o personalitate remarcabilă. Însă dacă afirmația este rostită cu o etalare ostentativă de importanță sau cu solemnitate, probabil că vorbitorul este un învins sau „broască" și-și folosește strămoșii pentru a-și justifica existența, fiindcă el însuși nu are „permisiunea" de a excela.

Dacă răspunsul este: „(Mama îmi spunea mereu că) strămoșii mei au fost regi ai Irlandei, ha-ha" sau „(Mama îmi spunea mereu că) stră-străbunicul meu a fost rabin șef, ha-ha", înseamnă că a fost dat de pe o poziție ne-OK; vorbitorul are voie să-și imite strămoșii cei iluștri, dar numai în privința caracteristicilor negative. Aceste răspunsuri pot să însemne: „Sunt beat cum ar trebui să fie un rege irlandez, așa că asta

[29] Jones, E. „The Phantasy of the Reversal of Generations". *Papers on Psycho-Analysis*, ediția a cincea. Beacon Press, Boston, 1961. Aici, Jones descrie „complexul bunicului": dorința copiilor de a deveni părinții propriilor părinți, pe baza credinței că în timp ce ei cresc, părinții se micșorează.

[30] Abraham. K. „Some remarks on the role of grandparents in the psychology of neuroses". *Clinical Papers and Essays on Psycho-Analysis.* Basic Books, New York, 1955. Ceea ce descrie Abraham aici este exact ceea ce se înțelege prin „fantasmă de scenariu", când băiatul își planifică viața la nivel de basm.

[31] Erikson, E. *Childhood and Society. Loc. cit.*

mă face să semăn cu un rege irlandez, ha-ha!" sau „Sunt sărac cum ar trebui să fie un rabin șef, așa că asta mă face să semăn cu un rabin șef, ha-ha!". În astfel de cazuri, programarea timpurie avea forma: „Te tragi din regi irlandezi, iar ei erau mari băutori" sau „Te tragi dintr-un rabin șef, iar el era foarte sărac". Aceste formule sunt echivalente cu o directivă: „Fii ca strămoșul tău cel faimos...", cu sugestia implicită din partea mamei: „... bea cât poți, și tatăl tău bea" sau „... nu face bani, nici tatăl tău nu face".

În toate aceste cazuri, strămoșul este un *euhemerus*, un personaj zeificat al familiei[32], un model eroic din trecut care poate fi imitat, dar niciodată depășit, iar acestea sunt diferitele moduri în care oamenii se raportează la personajele zeificate.

2. *Idealizarea.* Ea poate fi romantică sau paradoxală. Astfel, un învingător poate spune: „Bunica mea era o gospodină excelentă" sau „Bunicul meu a trăit până la nouăzeci și opt de ani, și-a păstrat toți dinții și n-a avut fir de păr cărunt". Există aici un indiciu clar că vorbitorul ar vrea să calce pe urmele romantice ale bunicilor și-și întemeiază pe ele scenariul de viață. Un învins va exprima idealizarea paradoxală: „Bunica mea a fost o femeie puternică și cu picioarele pe pământ, dar la bătrânețe s-a senilizat". Există aici sugestia că, deși s-a senilizat, era cea mai deșteaptă femeie din azil și, mai mult decât atât, că ăsta este și scenariul vorbitoarei: să fie cea mai deșteaptă femeie din azil. Din păcate, această situație este atât de frecvent întâlnită, încât competiția din aziluri pentru poziția de cea mai deșteaptă femeie din secție poate deveni foarte obositoare, tulburătoare și descurajantă.

3. *Rivalitatea.* „Bunicul o domina pe bunica" sau „Bunicul era un om slab, care lăsa pe toată lumea să-i spună ce să facă". Acestea sunt adesea reacțiile „nevroticilor", interpretate de psihanaliști ca exprimând dorința copilului de a fi mai puternic decât părinții săi. „Bunicul e singura persoană care-i poate da mamei replica, aș vrea să fiu ca el" sau „Dacă aș fi eu tatăl tatei, n-aș fi laș, i-aș arăta eu!". Cazul relatat de Karl

[32] Berne, E. *The Structure and Dynamics of Organizations and Groups. Loc. cit.*, pp. 98-101.

Abraham[30] evidențiază caracterul „în ton cu scenariul" al unor astfel de atitudini, prin care băiatul nutrește reverii în care este prințul unui regat imaginar, al cărui rege seamănă cu tatăl lui. Apoi apare tatăl regelui, care e mult mai puternic decât regele. O dată, când băiatul a fost pedepsit de mamă, a spus: „Acum am să mă însor cu buni." Așadar, planul lui secret (dar nu inconștient) la acea oră se baza pe un basm în care el ajunge mai puternic decât părinții devenind propriul bunic.

4. *Experiențele personale.* Acestea privesc tranzacțiile reale dintre copii și bunicii lor, ele având o puternică influență în modelarea scenariului copilului. Bunica îl poate îndemna pe băiețel să devină erou[33]; pe de altă parte, bunicul poate seduce școlărița, transformând-o într-o Scufiță Roșie.

În general, după cum arată mitologia și experiența clinică, bunicii sunt priviți cu venerație sau groază, tot așa cum părinții pot fi priviți cu admirație sau frică. Simțămintele mai primitive de venerație și groază influențează imaginea despre lume pe care și-o formează copilul în primele stadii ale construirii scenariului de viață.[34]

C. Scena concepției

Contextul în care a fost conceput Jeder poate avea o influență puternică în stabilirea planului vieții și a sorții sale. Acest context debutează cu căsătoria părinților, dacă ea a avut loc. Uneori, tânăra pereche se căsătorește cu dorința puternică de a avea un moștenitor. Asta se întâmplă mai cu seamă dacă respectiva căsătorie a fost aranjată sau încurajată de familiile celor doi și în special dacă există ceva de moștenit — un regat sau o corporație. Fiul este crescut în conformitate cu locul său în viață și învață toate artele și meșteșugurile adecvate pentru un rege sau un președinte de firmă. Așadar, el își primește scenariul gata scris, iar a-l abandona poate necesita un act de renunțare eroică. Dacă în astfel de cazuri primul născut este fată și nu băiat, ea poate avea dificultăți; este adeseori cazul fiicelor de bancheri, prime născute, care plutesc în derivă și devin lesbiene, dansatoare de striptease sau neveste ale unor boemi imprudenți, iresponsabili ori ale unor neisprăviți care trăiesc din vreo moștenire. În unele situații, tatăl poate chiar să divorțeze de mamă dacă aceasta nu-i naște un băiat, ceea ce-i creează fiicei un sentiment acut de vinovăție pentru că s-a născut fată.

Pe de altă parte, se poate ca tatăl să nu aibă intenția de a se căsători cu mama și să dispară din peisaj, pentru totdeauna, imediat ce aceasta își anunță sarcina. În această situație, tânărul erou trebuie să-și croiască singur drumul aproape din ziua nașterii. Uneori, mama e cea care fuge. Dar chiar și niște părinți șovăielnici pot accepta un copil nedorit fiindcă el înseamnă reducerea impozitului pe venit sau o operă de binefacere. Adolescentul poate fi foarte conștient de acest lucru și, întrebat cine este el sau ce scenariu are, va răspunde: „Sunt o reducere a impozitului pe venit (o operă de binefacere)."

Când conceperea copilului întârzie multă vreme, dorința puternică de a-l avea îi poate determina pe părinți să-l consacre încă dinainte de naștere, cum se întâmplă în multe legende ale unor oameni celebri și în basme ca Rapunzel: un alt mod în care viața reală seamănă cu literatura sau, cum se exprima Oscar Wilde, natura imită arta. Aceasta ridică alte întrebări interesante privind scenariile, întrebări ce acoperă toată gama tragediei și romantismului. Ce se întâmpla dacă Romeo devenea tată, dacă Ofelia năștea sau Cordelia rămâ-

33 Helene Deutsch descrie trei tipuri de „bunică bună" și temuta „bunică rea" sau vrăjitoare, în capitolul despre climacteriu al lucrării *The Psychology of Women*, Vol. II. Grune & Stratton, New York, 1945.

34 Antropologii, mai mult decât majoritatea celorlalte grupuri, conștientizează importanta influență a bunicilor asupra carierei copilor, influență care este nu doar clar recunoscută, ci și puternic ritualizată în societățile primitive mici, îndeosebi în acelea care au totemuri. Vezi, spre exemplu, Ashley-Montagu, M.F. *Coming Into Being Among the Australian Aborigines*, George Routledge & Sons, Londra, 1937, și Roheim, G. *Psychoanayls and Anthropology*, *Loc. cit.*

nea însărcinată? Ce s-ar fi ales de acești prunci? Copiii Medeei și micii prinți din turnul Londrei sunt cele mai binecunoscute exemple de copii deveniți victime ale scenariilor părinților, așa cum fetițele și băieții vânduți ca sclavi în scopuri de sodomie, în anumite țări arabe, sunt cele mai puțin cunoscute[35].

Atmosfera din dormitor din momentul concepției propriu-zise poate fi numită atitudinea concepției. Sarcina s-a datorat unui accident, pasiunii, iubirii, violenței, înșelătoriei, sfidării sau resemnării? Care au fost contextul și pregătirile pentru o asemenea întâmplare? Dacă sarcina a fost planificată, planificarea s-a făcut cu răceală sau căldură, simplu sau ca la carte, cu multă vorbă sau într-o comuniune puternică, tăcută? Scenariul copilului poate avea aceleași trăsături. Sexul este considerat murdar, banal, sacru, distractiv? Copilul poate fi tratat în aceeași manieră. S-a făcut vreo încercare de avort? Mai multe? Câte avorturi sau încercări de avort au existat în timpul sarcinilor anterioare? Se poate pune un număr aproape infinit de întrebări, cu grad diferit de subtilitate, și toți acești factori pot influența scenariul de viață al pruncului încă nenăscut. Una dintre cele mai frecvent întâlnite situații este excelent rezumată într-o poezioară populară:

Era odată un flăcău (o fată)
Care-și dorea să nu se fi născut vreodată
Și asta s-ar fi întâmplat
Dacă mama (tatăl) lui (ei) vedea
Că prezervativul s-a spart.

Nici măcar această genealogie familiară nu e de o simplitate atât de sobră pe cât pare, întrucât există mai multe posibilități. Spre exemplu, una e dacă nici unul dintre părinți n-a știut că prezervativul e defect, altceva dacă mama știa și nu i-a spus tatălui și iarăși altceva dacă tatăl știa și nu i-a spus mamei.

---

35 O'Callaghan, S. *The Slave Trade Today*. (Cuprinde dezbaterea din Camera Lorzilor de marți, 14 iulie 1960). Crown Publishers, Inc., New York, 1961.

Pe partea pozitivă, există cazuri în care ambii părinți își doresc copii și nu-și fac probleme dacă li se naște băiat sau fată. Dacă o femeie care a hotărât în copilărie că ambiția ei este să se mărite și să crească copii întâlnește un bărbat care a luat aceeași decizie în copilărie, odrasla lor are un punct de plecare bun. Dificultățile biologice apărute în acest caz pot face copilul și mai prețios: dacă femeia are avorturi spontane repetate sau bărbatul are un număr scăzut de spermatozoizi, astfel că sarcina întârzie mai mulți ani, atunci, așa cum am observat deja, pruncul poate fi privit ca un adevărat miracol. Pe de altă parte, a șaptea fată la rând și chiar al șaptelea băiat ar putea fi primit cu simțăminte amestecate și, poate, își va începe viața ca un motiv de râs în familie.

D. Poziția la naștere

Cel mai important factor în această privință îl reprezintă scenariile de viață ale părinților. Se potrivește Jeder în contextul lor sau ar fi trebuit să fie de celălalt sex sau poate s-a născut la momentul nepotrivit? Scenariul tatălui prevede, poate, un savant, iar el se dovedește a fi fotbalist? Sau invers? Scenariul mamei se potrivește cu al tatălui sub acest aspect sau e la polul opus? Există, de asemenea, tradiții despre care Jeder va afla din basme și din viața reală. Cel mai mic dintre trei frați trebuie să pară nătâng până la confruntarea finală, când triumfă asupra fraților săi. Dacă se întâmplă să fie al șaptelea fiu al unui bărbat care a fost, la rândul lui, al șaptelea fiu, e aproape obligat să fie profet. Mai specific, scenariul părinților poate să ceară ca ei să fie glorificați sau pedepsiți prin intermediul unuia dintre copiii lor, care trebuie, în consecință, să se dovedească fie un succes colosal, fie un eșec colosal. Deseori, primul născut este ales pentru această onoare.[36] Dacă sce-

---

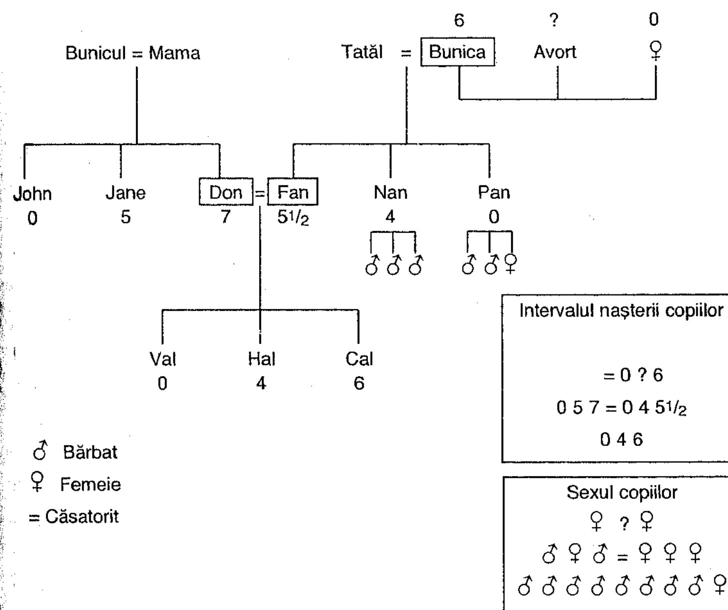
36 Există o cantitate considerabilă de literatură pe tema poziției la naștere. Primul studiu sistematic a fost probabil lucrarea lui F. Galton,

nariul mamei cere ca, la bătrânețe, să ajungă văduvă invalidă, unul dintre copii trebuie crescut încă de la naștere așa încât să rămână lângă ea și s-o îngrijească, pe când ceilalți trebuie învățați să peregrineze și să îndeplinească rolul ingraților. Dacă fiul sau fiica rămasă celibatară până la patruzeci de ani se hotărăște să încalce scenariul mutându-se din casă ori, mai rău, căsătorindu-se, mama va reacționa, în mod lesne de înțeles și demn de compătimire, prin îmbolnăviri grave. Caracterul în ton cu scenariul al unor astfel de aranjamente este demonstrat prin frecventa schimbare în urma căreia mama lasă „pe neașteptate" prin testament cea mai mare parte a averii tocmai ingraților, iar copilului devotat nu-i lasă mai nimic.

Regula generală spune că, în condițiile în care toți ceilalți factori sunt de importanță egală, copiii vor urma scenariul părinților în ceea ce privește constelația familiei; acest lucru se poate demonstra cel mai bine cu ajutorul celor mai simpli factori: numărul copiilor și intervalul de timp dintre nașterea lor. (Sexul copiilor nu poate fi luat în considerare, din moment ce acest aspect rămâne în afara controlului părinților — din fericire, căci asta e una dintre modalitățile prin care scenariile sunt demontate de la o generație la alta, astfel că măcar unii copii au șansa unui nou început.) Investigarea atentă a câtorva familii va dezvălui un număr surprinzător de „coincidențe" în această privință.

Figura 5 prezintă un astfel de arbore genealogic în ton cu scenariul. În familia Able sunt trei băieți: Cal, Hal și Val. Când s-a născut Val, Hal avea patru ani, iar Cal, șase, astfel că intervalul de timp între ei este 0-4-6 ani. Tatăl lor, Don, era cel mai mare dintre trei frați, între care diferența de vârstă era 0-5-7 ani. Mama lor, Fan, era cea mai mare dintre trei surori,

English Men of Science (1874). În populația studiată, el a găsit preponderent fii unici la părinți sau primi-născuți. Adler, pe de altă parte, în lucrarea „The Family Constellation", afirmă că „mezinul este de obicei un tip aparte". (*Understanding Human Nature*). Una dintre cele mai interesante discuții pe această temă este cea a lui W.D. Altus, în *Science* 151: 44-48, 7 ianuarie 1966, urmată de o serie de „Scrisori către Editor", *Science* 152: 1177-1184, 27 mai 1966.



Un arbore genealogic în ton cu scenariul: Familia Able

Figura 5

născute la intervalul 0-4-5. Surorile ei, Nan și Pan, au avut la rândul lor fiecare câte trei copii. Mama lui Fan era cea mai mare dintre două fete, născute la intervalul 0-6, între ele fiind un avort spontan. Se poate vedea că în toate cazurile, nașterea seriilor de trei copii s-a produs în interiorul unui interval de cinci până la șapte ani fertili.[37]

37 Este dificilă obținerea de date de recensământ adecvate pentru a evalua statistic semnificația coincidențelor din familia Able. Un set de cifre, obținut de Comitetul Prezidențial de Cercetare a Tendințelor Sociale (1933), este citat de Pressey, S.L., Janney, J.E. și Kuhlen, R.G. în *Life: A Psychological Survey* (Harper & Brothers, New York, 1939). La acea vreme, în zona metropolitană Chicago, doar 42 de familii dintr-o mie erau alcătuite din soț, soție și trei copii, astfel

Acest tip de arbore genealogic arată cum unii oameni tind să urmeze exemplul părinților referitor la planificarea familială, în ceea ce privește numărul copiilor și intervalul la care se nasc. Să ne gândim la câteva posibile „directive de scenariu" pe care Don și Fan ar fi putut să le primească de la Bunicul și Bunica în acest caz.

a. „Când ai să fii mare, fă trei copii, iar după aceea ești liber(ă) să procedezi cum dorești." Este directiva cea mai flexibilă și nu presupune nici grabă, nici constrângere. Teama de „eșec de scenariu" și de pierdere a iubirii mamei poate să apară doar dacă Fan se apropie de menopauză fără să fi dat naștere celor trei copii ceruți. Dar să observăm că Fan nu este liberă *până când* nu naște al treilea copil. Avem aici un scenariu „Până când".

b. „Când ai să fii mare, să ai cel puțin trei copii." Nici aici nu există constrângere, dar poate exista un sentiment de grabă, îndeosebi dacă Bunicul sau Bunica glumesc pe seama fertilității lui Don și Fan. Avem aici un scenariu „Cu final deschis", din moment ce Fan e liberă să aibă câți copii dorește după ce-l naște pe al treilea.

c. „Când ai să fii mare, să nu faci mai mult de trei copii." Aici nu există grabă, dar există constrângere, iar Don și Fan ar putea privi cu neliniște o eventuală nouă sarcină după

---

că probabilitatea apariției a șase astfel de configurații cu descendență colaterală și directă, așa cum arată Figura 5 (cu excepția avortului spontan), doar ca urmare a întâmplării, nu este prea mare. Excluzând din cifrele din Chicago familiile fără nici un copil, prevalența constelației menționate crește la 90 la mie sau aproape unu la sută. Pornind de la aceasta, probabilitatea grosieră ca arborele genealogic prezentat în Figura 5 să se datoreze doar întâmplării este, așadar, de ordinul a unu la 10^6, în timp ce apariția reală a unor improbabilități similare în populația pacienților mei este de aproximativ unu la cinci. Aceasta arată că avem de a face cu influența „informației", altfel spus a programării, și că este exact genul de programare comportamentală pe care o numim „scenariu". Dacă, în plus, luăm în calcul și prezența rară, în general, a perioadelor de fertilitate neobișnuit de scurte prezentate în Figura 5, ideea este întărită considerabil.

nașterea celor trei copii. Avem de-a face cu un scenariu de tip „După", din moment ce se sugerează că dacă se nasc mai mult de trei copii, vor exista probleme.

Acum să ne gândim la punctul de vedere al lui Fan dacă ar fi să aibă un al patrulea copil, Pedwar, sub influența uneia dintre aceste trei directive. (a) înseamnă: „Primii trei copii îi aparțin Bunicii și trebuie crescuți cum vrea ea." În acest caz, Pedwar devine băiatul lui Fan și numai al ei, putând să fie sau nu crescut în același mod ca și Cal, Hal și Val. În privința lui, Fan își poate folosi autonomia, astfel că el, crescând, poate să fie mai liber și mai autonom decât ceilalți. E posibil ca Fan să se poarte cu el cum se purta cu păpușa ei Ann Lățoasa. Ann Lățoasa era păpușa ei foarte specială din copilărie, pe care putea s-o iubească exact cum dorea, pe când celelalte păpuși trebuiau îngrijite după regulile Bunicii. Cu alte cuvinte, se poate ca Ann Lățoasa să fi pregătit o „breșă în scenariu" pentru Pedwar, pe care Fan o poate folosi după ce și-a îndeplinit datoria față de Bunica. Situația (b) este similară cu (a), exceptând faptul că Bunica are mai multă putere de decizie în privința lui Pedwar decât în cazul (a), fiindcă el poate fi considerat ca un premiu special acordat de Bunica, și nu o alegere liberă. În situația (c), Pedwar are necazuri, fiindcă născându-l, Fan a comis un act de nesupunere față de Bunica; drept urmare, el trebuie crescut ca un copil „nedorit" — cu sfidare, stânjeneală sau vinovăție. Într-un astfel de caz, dacă principiul nostru de lucru este corect, oamenii din jurul lui Pedwar vor observa mereu cât de diferit este el de cei trei frați ai săi.

Următorul element ce trebuie luat în considerare constă în jocurile pe care le joacă oamenii în ceea ce privește mărimea familiei lor. Spre exemplu, Ginnie era prima născută într-o familie cu unsprezece copii, iar mama ei, Nanny, se plângea că pe ultimii cinci nu i-a dorit. Presupunerea naivă ar fi că Ginnie va fi programată să aibă șase copii, dar lucrurile nu stau astfel. Ea a fost programată să aibă unsprezece copii și să se plângă că ultimii cinci au fost nedoriți. Astfel, ea va putea

ca, de la o vârstă încolo, să joace „Iar am pățit-o!", „Hărțuita" și „Femeia frigidă", exact la fel ca mama ei. La drept vorbind, acest exemplu poate fi folosit ca test pentru sofisticarea psihologică. La întrebarea „O femeie a avut unsprezece copii și s-a plâns că pe cinci dintre ei nu i-a dorit. Câți copii e cel mai probabil să aibă prima ei născută?", analistul de scenarii va răspunde „Unsprezece". Oamenii care răspund „Șase" vor avea greutăți în a înțelege și anticipa reacțiile umane, din moment ce răspunsul lor are la bază premisa potrivit căreia comportamentele importante, la fel ca și cele triviale, au motivație „rațională", premisă greșită. De obicei, comportamentele importante sunt stabilite de directivele parentale din cadrul scenariului.

În investigarea acestui aspect, părinții pacientului sunt întrebați mai întâi câți frați și surori au avut, în al doilea rând, câți copii își doresc și, în al treilea rând (din moment ce, așa cum știe orice obstetrician, socoteala de acasă nu se potrivește cu cea de la târg), câți se așteaptă să aibă în realitate. Dacă părinții înțeleg cum să facă în mod corect diferența între stările Eului, se pot obține mult mai multe informații formulând a doua și a treia întrebare în manieră structurală: „Câți copii (dorește, se așteaptă) (Părintele, Adultul, Copilul) tău să aibă?" Astfel se pot scoate la lumină conflicte altfel ascunse între cele trei stări ale Eului și între cei doi părinți, conflicte ce au o importantă influență asupra directivelor de scenariu pe care le dau ei pacientului. O versiune și mai sofisticată, cu o creștere corespunzătoare a informațiilor obținute (cu condiția ca părinții să înțeleagă întrebarea), constă în folosirea formei cu douăsprezece variante în loc de șase: „Câți copii (dorește, se așteaptă) Părintele, Adultul tău (grijuliu, critic) și Copilul tău (spontan, adaptat, rebel) să aibă?"[38]

În privința pacientului însuși, cea mai profitabilă întrebare de pus, din moment ce el e cel mai probabil să poată răspunde, este: „Care este poziția ta în familie?", urmată de: „Când te-ai născut?" Trebuie obținută data exactă a nașterii copilului născut imediat înaintea lui și a celui născut imediat după el, pentru ca diferențele să poată fi calculate în luni, dacă nașterile au fost apropiate între ele. Dacă vorbitorul vine într-o lume locuită deja de o soră sau un frate, diferența de unsprezece luni, treizeci și șase de luni, unsprezece ani sau douăzeci de ani va avea o influență considerabilă asupra deciziilor privind scenariul său. Influența nu va depinde doar de relația sa cu acea soră sau acel frate, ci și de atitudinea părinților față de diferența de vârstă între copii. Aceleași două considerente rămân valabile și în ceea ce-l privește pe următorul născut: este important de știut vârsta vorbitorului — spre exemplu, unsprezece luni, nouăsprezece luni, cinci ani, șaisprezece ani — la momentul sosirii pe lume a următorului copil. În general, toți frații născuți înainte ca vorbitorul să împlinească șapte ani vor avea o influență decisivă asupra scenariului său, și unul dintre factorii cei mai importanți constă în diferența de vârstă dintre ei, socotită în luni, din moment ce, așa cum arătam mai sus, ea va afecta nu doar atitudinea vorbitorului, ci și pe aceea a părinților lui. Dacă vorbitorul are un frate geamăn sau s-a născut înainte ori după gemeni, apar variații remarcabile.

[38] Poate părea exagerat, dar cei care studiază mărimea familiei nu reușesc să găsească proiecții demne de încredere postulând o personalitate unitară sau „integrată". În interviuri, ei folosesc termeni ca familie „ideală", familie „dorită" și familie „proiectată". Ele corespund aproximativ ideilor Părintelui, Copilului și Adultului. Dar „multe soții care au afirmat că n-au «dorit cu adevărat» încă un copil înainte de apariția ultimei sarcini au spus, de asemenea, că dacă ar fi putut să aibă exact atâția copii câți își doreau, iar apoi să se oprească, ar fi avut tot atâția câți aveau în realitate, ba chiar mai mulți". Problema discutabilă este dacă între „excesul de fertilitate" și sarcinile „nedorite" se poate pune semnul egal. Însă analistul tranzacțional știe că în fiecare persoană intervievată există cel puțin trei oameni diferiți, care pot să „vrea", să „vrea cu adevărat" sau să „nu vrea" alți copii, fiecare având propria părere, astfel că din chestionarele pe această temă care nu iau în calcul stările Eului lipsește ceva de importanță decisivă. Pentru o discuție pe marginea acestor chestionare, vezi Barish, N.H. „Family Planning and Public Policy: Who Is Misleading Who?". *Science* 165: 1203-1204, 19 Septembrie 1969.

În unele cazuri, anume ale pacienților interesați de astrologie, meteorologie sau hagiologie, data exactă a nașterii lor va avea o mare semnificație în ceea ce privește scenariul. Acest aspect este deosebit de important dacă și părinții lor au nutrit un interes similar față de calendar.

E. Scenarii ale nașterii

Otto Rank considera că circumstanțele nașterii propriu-zise, „trauma nașterii", se imprimă în psihicul sugarului și deseori reapar sub formă simbolică pe parcursul vieții, îndeosebi sub forma dorinței de regăsire a păcii fericite din uter, descrisă de discipolul lui, Fodor.[39] Dacă lucrurile ar sta astfel, fricile și dorurile ce se deșteaptă prin trecerea pe sub acea arcadă prin care nici un om nu mai poate trece vreodată, pe strada cu sens unic a naturii, ar apărea cu siguranță ca elemente importante ale scenariului. Poate că așa este, dar nu există nici o modalitate de încredere de a verifica acest lucru, nici măcar cea a comparării nașterilor prin cezariană cu cele normale. În consecință, influența „traumei nașterii" asupra scenariului de viață rămâne de domeniul speculației. La drept vorbind, scenariile de viață reală presupuse a se baza pe faptul nașterii prin cezariană sunt neconvingătoare, asemeni omoloagele lor din teatru. La fel ca în *Macbeth*, evenimentul este exploatat ca un simplu joc de cuvinte, un *foetus ex machina*, în loc să alcătuiască o bază serioasă pentru un scenariu. Însă este foarte probabil ca un copil căruia *i se spune ulterior* că s-a născut prin cezariană și înțelege ce înseamnă asta să includă cumva faptul în scenariul său și să-l dezvolte ulterior, când află cine au fost distinșii săi predecesori. Pronunțarea în privința acestui aspect se va putea face doar după acumularea mai multor studii de caz solide.

[39] Fodor, N. *The Search for the Beloved*. Hermitage Press, New York, 1949.

În practică, cele două „scenarii de naștere" întâlnite cel mai frecvent sunt „Scenariul copilului găsit" și „Scenariul mamei sfâșiate". Scenariul copilului găsit provine din fantasmele copiilor adoptați și chiar a celor biologici cu privire la părinții lor „adevărați" și se conturează în forma unor versiuni ale „Mitului nașterii eroului" descris de Otto Rank în cartea sa cu același nume.[40] Scenariul mamei sfâșiate este de asemenea larg răspândit și, din experiența mea, apare cu frecvență egală la ambele sexe. La temelia acestui scenariu se află dezvăluirea făcută de mamă copilului, cum că de când l-a născut, a fost mai mereu bolnavă sau, într-o formă mai drastică, că la nașterea lui a suferit rupturi atât de serioase, încât nu și-a revenit complet niciodată. Reacțiile copilului și scenariul lui se bazează pe propriile-i observații în această privință. Dacă într-adevăr mama a fost invalidă sau schiloadă de când o știe, se simte obligat să-și asume întreaga responsabilitate și oricât ar raționa Adultul său, nu-l va putea convinge pe Copil că n-a fost vina lui. Însă dacă invaliditatea mamei nu e vizibilă și mai cu seamă dacă un membru al familiei, tatăl de exemplu, sugerează sau afirmă deschis că boala ei e prefăcută, scenariul pacientului va căpăta o povară considerabilă de ambiguitate, ipocrizie și exploatare. Uneori, mama nu face acuzația, ci o lasă în seama tatălui, a bunicii sau a unei mătuși. În acest caz, scenariul care rezultă este tripartit, mesajele și anunțurile importante — de obicei „vești proaste" — venind de la o a treia persoană. E ușor de văzut că scenariul copilului găsit se transformă în mitul nașterii eroului, în timp ce scenariul mamei sfâșiate devine mitul nașterii răufăcătorului, cel împovărat de la naștere cu păcatul monstruos al matricidului sau, mai exact, al matriclastiei. Pentru orice om, ideea „Mama a murit la naștere (nașterea mea)" e aproape imposibil de suportat fără ajutor consistent. Dacă mama a suferit leziuni sau are un cistocel, nu e niciodată prea târziu pentru remedierea problemei și cu cât se vorbește mai puțin despre asta, cu atât mai bine.

[40] Rank, O. *The Myth of the Birth of the Hero*. *Loc. cit.*

F. Prenume și nume de familie

În cartea sa, *What Not To Name The Child*, Roger Price alcătuiește o listă a prenumelor americane frecvente și descrie, într-o frază, genul de personalitate aferent fiecăruia. Acuratețea nefirească sau cel puțin plauzibilitatea descrierilor sale prezintă un mare interes pentru analistul de scenarii. Nu există îndoială că în multe cazuri, numele de botez, cel prescurtat, de alint și poreclele sau orice alte apelative îi mai sunt dăruite ori aplicate nevinovatului nou-născut constituie un indiciu clar cu privire la direcția în care părinții vor să se îndrepte copilul. Iar el va trebui să lupte împotriva unor astfel de influențe, care vor continua și sub alte forme, dacă vrea să se elibereze de aluzia evidentă.[41] Ca indicator al scenariului, numele e cel mai probabil să înceapă să-și exercite influența în liceu, când băiatul sau fata citește despre celebritățile mitice și istorice purtând același nume sau când colegii îl (o) fac să înțeleagă, cu mai multă sau mai puțină brutalitate, sensurile ascunse ale numelui său. Acestea sunt lucruri asupra cărora părinții au control și pe care ar trebui să le poată anticipa.

Există patru moduri în care un prenume poate să devină în ton cu scenariul: intenționat, accidental, fără voie și inevitabil.

1. *Intenționat.* Numele poate fi foarte specializat — de pildă Septimus S. (care a devenit profesor de filosofie), Galen E. (care a devenit medic)*, Napoleon (care a devenit caporal) sau Jesus, un nume foarte frecvent în America Centrală. Ar putea, de asemenea, să fie o variantă a unui nume obișnuit. Cei numiți Charles și Frederick au fost regi și împărați. Un băiat pe care maică-sa îl strigă constant Charles sau Frederick și insistă ca și ceilalți să-i spună la fel are un alt stil de viață decât cel strigat de obicei Chuck sau Fred, iar Charlie și Freddie e foarte probabil să fie cu totul altă mâncare de pește. A boteza un băiat cu prenumele tatălui său ori o fată cu prenumele mamei constituie un act intenționat din partea părinților și-i impune copilului o obligație pe care s-ar putea ca acesta să nu vrea s-o îndeplinească sau împotriva căreia ar putea chiar să se revolte, astfel că întregul său plan de viață stă sub semnul unei vagi amărăciuni sau a unui resentiment activ.

2. *Accidental.* O fată pe nume Durleen sau Aspasia și un băiat pe nume Marmaduke ar putea trăi liniștiți într-un anumit stat sau țară sau liceu, dar dacă se întâmplă ca părinții lor să se mute, e posibil ca ei să devină acut conștienți de numele lor și să fie obligați să ia atitudine în privința lui. La fel se întâmplă în cazul unui băiat botezat Lynn sau al unei fete pe nume Tony.

3. *Fără voie.* Nume de alint ca Bub, Sis sau Junior nu sunt date cu intenția de a le permanentiza, dar adesea chiar asta se întâmplă, așa că persoana rămâne Bub, Sis sau Junior pentru tot restul vieții, fie că vrea, fie că nu.

4. *Inevitabil.* Numele de familie sunt cu totul altă problemă, din moment ce părinții n-au de ales, trebuie să transmită urmașilor ceea ce au primit de la bunicul. Există multe nume europene onorabile care, în engleză, devin obscenități; un bărbat remarca odată posomorât: „Ce norocos sunt! Numele meu conține doar un singur cuvânt porcos." Acest lucru i-a intrat cel mai clar în atenție în timpul liceului, când a suferit nu doar jignirile aduse de obicei imigranților, ci, în plus, a oferit și un pretext de-a gata pentru batjocură. El considera că numele său nu reprezintă un avantaj nici în lumea afacerilor. Unii oameni aflați în această situație dificilă simt că strămoșii lor i-au blestemat încă de la naștere să fie niște învinși. Pe de altă parte, Christ nu e un nume de familie rar întâlnit, lucru care ridică și el probleme privind scenariul, deși de o altă natură, îndeosebi pentru băieții bisericoși. Nu e de mirare că H. Head și W.R. Brain au devenit neurologi renumiți.

41 Price, R. *What Not To Name the Baby*. New York, 1904. H.L. Mencken dă numeroase exemple revelatoare de nume conforme cu scenariul în lucrarea *The American Language*. Alfred A. Knopf, New York (1919), ediția a IV-a, Capitolul 10, în special pp. 518 și urm.

* Actualul redactor coordonator al *Anatomiei* lui Gray se numește Charles Mayo Goss.

Fiecare pacient ar trebui întrebat nu doar „Cine ți-a ales prenumele?" și „De unde provine numele tău de familie?", ci și: „Ți-ai citit vreodată certificatul de naștere?" Dacă nu, ar trebui să i se ceară să-l citească sau, și mai bine, să i-l aducă terapeutului ca să-l vadă. Cam cincizeci la sută din oameni găsesc surprize în certificatul de naștere când îl citesc cu atenție pentru prima oară: omisiuni, greșeli de înțelegere sau informații de care nu aveau cunoștință. Adesea, spre marea lor uimire sau suferință, constată că numele de pe certificat este altul decât cel cu care au fost strigați toată viața. Aproape toate aceste surprize fac mai multă lumină în privința scenariului părinților și a contextului nașterii pacientului.

Capitolul 5
DEZVOLTAREA TIMPURIE

A. Influențe timpurii

Cea dintâi programare a scenariului de viață are loc în timpul perioadei de alăptat, sub forma unor protocoale scurte care, ulterior, pot fi elaborate și transformate în narațiuni complexe. De obicei, sunt scene diadice între sugar și mama lui, cu prea puține amestecuri din partea privitorilor sau chiar deloc, și cu titluri de alăptare cum ar fi: „Reprezentația publică", „Încă nu e timpul", „Când ești tu pregătit", „Când sunt eu pregătită", „Grăbește-te", „Cine mușcă e dat la o parte", „În timp ce mama fumează", „Scuză-mă, a sunat telefonul", „Ce se tot foiește?", „Nu-i de ajuns niciodată", „Întâi unul, apoi celălalt", „E palid", „Lasă-l cât vrea el", „Ce minune de copil!", „Clipe de aur ale iubirii și mulțumirii" și „Cântec de leagăn".

Ceva mai complicate sunt scenele corespunzătoare de baie, în aceleași familii: „Hai să-l vezi ce drăgălaș e", „A sosit momentul", „Ai terminat?", „N-ai decât să stai acolo până faci", „Grăbește-te", „Obrăznicătură mică", „În timp ce mama fumează", „În timp ce mama vorbește la telefon", „Para de clismă", „Dacă nu faci, îți dau ulei de ricin", „Uite laxativul", „Dacă nu faci, te îmbolnăvești", „Lasă-l să facă cum știe", „Bravo ție", „Braaavo" și „Îți cânt în timp ce faci". În această etapă sunt mai frecvente protocoalele triadice, între care: „Ți-am spus că nu e gata", „Nu-i tolera așa ceva", „Îl conving eu să facă", „Încearcă tu", „Îl deranjezi", „Nu vrei tu să... Ba da, dar" și „De data asta precis reușește". Poate să-și facă apariția Fantoma din baie, care va deveni într-o zi Fantoma din dormitor: „Doctorul Spock spune", „Al lui Tessie făcea

deja la oală la vârsta asta" și „Soră-mea Mary avea doar atâtea luni când". Ulterior, aceste protocoale se vor transforma în: „Freud spune", „Nancy are de fiecare dată" și „Helen are în fiecare noapte".

Se poate pronostica deja cu destulă acuratețe care vor fi învingătorii și care învinșii. Cel căruia i se spune „Ce minune de copil!", întărit doi ani mai târziu de „Bravo ție", se va descurca de obicei mai bine decât „Ce se tot foiește atât?", întărit doi ani mai târziu de „Para de clismă"; la fel, „Cântec de leagăn", mai întâi în timpul alăptatului și apoi în baie, va avea probabil mai mult succes decât „În timp ce mama fumează". Sentimentul de a fi OK sau ne-OK, care-i delimitează pe prinții actuali și pe cei viitori de broscoii actuali și cei viitori, este deja implantat, și se stabilesc mai multe tipuri de broscoi și prinți (sau, în cazul doamnelor, mai multe tipuri de rățuște urâte și prințese). „Ce minune de copil!", Prințul etern, cu scenariul de succes, este adesea primul născut, dar nu întotdeauna. Prințul condițional, „Hai să-l vezi ce drăgălaș e" sau „Grăbește-te", spre exemplu, poate să rămână prinț cât timp rămâne drăgălaș sau se grăbește. Broscoiul condițional, „Cel care mușcă", „Obrăznicătură mică" sau „E palid, îi trebuie un laxativ", poate să nu mai fie broscoi dacă nu mușcă sau nu e palid; pe de altă parte, Broscoiul condamnat cu greu va reuși să aibă succes în fața cuiva. Impresionanți sunt broscoii care încearcă să nu le pese: „În timp ce mama fumează" sau „În timp ce mama bea un păhărel". Doar un dezastru îi poate transforma în broscoi pe Prinții eterni; doar un miracol poate transforma Broscoii condamnați în prinți.

B. Convingeri și hotărâri

La vremea când ajunge la „Dragă, te duc eu cu mașina" sau „Mișcă-ți curu' din pat" sau chiar „Dacă nu, te bat de-ți sună apa-n cap", copilul are deja anumite convingeri cu privire la sine și la oamenii din jur, mai cu seamă la părinții lui. Aceste convingeri au toate șansele să-l însoțească tot restul vieții și pot fi rezumate după cum urmează: (1) Eu sunt OK sau (2) Eu sunt ne-OK; (3) Tu ești OK sau (4) Tu ești ne-OK. Pe baza acestora, el ia hotărârea privind viața sa. „Lumea e bună, într-o zi am s-o fac și mai bună" — prin știință, demersuri caritabile, poezie sau muzică. „Lumea e rea, într-o zi am să mă omor" sau „am să omor pe cineva", „am să înnebunesc", „am să mă călugăresc". Poate fi o lume mediocră, în care faci ce ai de făcut și în restul timpului te distrezi, sau o lume a competiției, în care izbândești dacă-ți pui guler alb și plimbi de colo-colo hârțoagele altora, sau o lume dură, în care trebuie să faci munci grele, compromisuri, să te zbați sau să lupți ca să-ți câștigi existența, sau o lume tristă, în care stai într-un bar și speri, sau o lume inutilă, în care renunți.

C. Pozițiile — pronumele

Indiferent care ar fi hotărârea, ea poate fi justificată prin adoptarea unei poziții pe baza convingerilor de-acum profund întipărite, poziție ce presupune o concepție asupra întregii lumi și a oamenilor care o populează și care sunt fie prieteni, fie dușmani: „Am să mă sinucid pentru că trăiesc într-o lume de rahat, în care nici eu și nici ceilalți nu suntem buni de nimic, prietenii mei nu sunt cu mult mai buni decât dușmanii." În limbajul pozițiilor, asta înseamnă: „Eu sunt ne-OK, tu ești ne-OK, ei sunt ne-OK. În condițiile astea, cine nu s-ar sinucide?" Avem de a face cu un suicid motivat de inutilitate. Mai există și „Am să mă sinucid fiindcă eu sunt ne-OK, pe când toți ceilalți sunt OK" — suicidul melancolic. (Suicidul poate să ia orice formă, de la aruncatul de pe pod sau accidentul de mașină până la supraalimentație ori alcoolism.) Sau: „Am să-i omor sau am să-i dau la o parte, pentru că eu

sunt OK, iar ei categoric sunt ne-OK." Sau: „Din moment ce toți suntem OK, și eu, și tu, hai să terminăm treaba și pe urmă să mergem să ne distrăm."

„Știu că noi suntem OK, dar tipii ăștilalți nu-s așa de străluciți", spune cineva. „Foarte bine, în cazul ăsta eu sunt OK, tu ești OK, iar ei sunt ne-OK; hai să terminăm treaba, iar de ei o să ne ocupăm mai târziu." În limbajul copiilor, asta se traduce prin: „O să ne jucăm de-a casa, dar tu nu poți să te joci cu noi", ceea ce se poate folosi ulterior, în forma cea mai extremă și cu instrumente mai sofisticate, într-un lagăr de exterminare.

Cele mai simple poziții sunt diadice, Tu și Eu, și provin din convingerile asimilate de copil împreună cu laptele mamei. Prescurtând OK prin + și ne-OK prin –, convingerile spun: Eu + sau Eu –, Tu + sau Tu –. Combinațiile posibile ale acestora dau cele patru poziții de bază, de pe care se desfășoară jocurile și scenariile și care programează persoana astfel încât să aibă ceva de spus după „bună ziua".

1. Eu + Tu +. Asta este poziția „sănătoasă" (sau, în terapie, cea a „însănătoșirii"), cea mai potrivită pentru o viață decentă, poziția eroilor și prinților, a eroinelor și prințeselor autentici. Persoanele plasate pe celelalte poziții au în ele o parte de broscoi mai mult sau mai puțin însemnată, o doză de ghinion indusă de părinți, care-i va trage înapoi în repetate rânduri, dacă n-o depășesc; în cazuri extreme, acești oameni se vor irosi dacă nu sunt salvați printr-un miracol al psihiatriei sau autovindecării. Eu + Tu + este ceea ce încercau hipioții să-i spună polițistului când i-au dăruit o floare. Dar dacă Eu + este autentic sau doar o speranță pioasă și dacă polițistul va accepta +-ul sau va prefera să fie – în această scenă rămâne mereu sub semnul îndoielii. Eu + Tu + este fie poziția în care persoana crește la începutul vieții, fie cea pe care trebuie s-o învețe cu trudă ulterior; ea nu poate fi obținută printr-un simplu act de voință.

2. Eu + Tu –. Eu sunt prinț, tu ești broscoi. Aceasta este poziția „datului la o parte". E vorba de oamenii care joacă „Defectul" ca ocupație de timp liber, ca joc sau ca procedură mortală. Sunt cei care-și disprețuiesc partenerul de viață, își trimit copiii la școala de corecție, își concediază prietenii și servitorii. Pornesc cruciade și uneori războaie, iar în grupuri găsesc defecte inferiorilor și dușmanilor lor reali sau imaginari. Este poziția „arogantă", în cel mai rău caz a ucigașului, iar în cel mai bun caz, al băgărețului, care consideră că e de datoria sa să-i ajute pe „ceilalți ne-OK" în privința acelor lucruri cu care nu vor să fie ajutați ei înșiși. Dar în principal este poziția mediocrilor, iar din punct de vedere clinic este paranoidă.

3. Eu – Tu +. Din punct de vedere psihologic, este poziția „depresivă", iar din punct de vedere politic și social, o autoînjosire transmisă copiilor. În plan ocupațional, îi determină pe indivizi să prefere a trăi cu ajutorul favorurilor de toate felurile, mari și mici, și să savureze acest lucru în mod răzbunător, asta fiind slaba satisfacție de a-l face pe celălalt să plătească cât mai mult cu putință pentru eticheta lui de OK. Aceștia sunt suicidarii melancolici, ratații care se autointitulează amatori de riscuri, oamenii care se descotorosesc de ei înșiși, nu de alții, izolându-se în camere obscure cu chirie sau în pustietăți ori asigurându-și intrarea într-o închisoare sau într-un spital de psihiatrie. Este poziția celor care spun mereu „O, dacă" și „Ar fi trebuit să".

4. Eu – Tu –. Este poziția „inutilității", adoptată de cei care spun „De ce să nu": De ce să nu te sinucizi? De ce să nu înnebunești? Din punct de vedere clinic, este o poziție schizoidă sau schizofrenică.[42]

Aceste poziții sunt universale în rândul întregii omeniri, fiindcă orice om suge la sânul mamei sau din sticlă și-și pri-

[42] Vezi Berne, E. „Classification of Positions". *Transactional Analysis Bulletin* 1: 23, Iulie 1962, și *Principles of Group Treatment. Loc. cit.*, pp. 269-277. Compară cu Harris, T. *I'm OK-You're OK, A Practical Guide to Transactional Analysis.* Harper & Row, New York, 1969. Însă Harris numerotează pozițiile într-o altă ordine. 1 a noastră este 4 a lui, 2 a noastră este 3 a lui, 3 a noastră este 1 a lui, iar 4 a noastră este 2 a lui: 4-3-1-2.

meşte acolo mesajul, ulterior întărit când învaţă să se poarte frumos, fie că asta se întâmplă în junglă, în mahala, într-un apartament sau în sălile castelului strămoşesc. Chiar şi în micile comunităţi nealfabetizate cărora antropologii le studiază „cultura", unde toţi membrii sunt crescuţi în conformitate cu aceleaşi reguli de mult încetăţenite, există suficiente diferenţe individuale între mame (şi taţi) pentru a se ajunge la rezultatele standard. Învingătorii sunt şefii de trib şi vracii, căpeteniile şi capitaliştii care posedă o turmă cu o mie de capete sau valorează o sută de mii de cartofi dulci. Învinşii pot fi găsiţi în spitalul de boli mintale de la Papette sau Port Moresby sau Dakar, ori poate în Suva, în Închisoarea Maiestăţii Sale. Căci fiecare poziţie conţine deja scenariul şi deznodământul aferent. Chiar şi în Statele Unite, unde se găsesc zece mii de „culturi", există doar câteva deznodăminte, nici unul cu adevărat diferit decât cele din alte ţări.

Cum fiecare persoană este produsul unui milion de momente diferite, a mii de stări psihice diferite, a sute de peripeţii şi, de obicei, a doi părinţi diferiţi, cercetarea amănunţită a poziţiei sale va pune în evidenţă numeroase complexităţi şi aparente contradicţii. Totuşi, de obicei se poate detecta o poziţie fundamentală, sinceră sau nesinceră, inflexibilă sau nesigură, pe care se întemeiază miza vieţii sale şi de pe care îşi desfăşoară jocurile şi scenariul. Acest lucru este necesar pentru ca persoana să simtă că stă cu ambele picioare pe un teren ferm, la care va fi dispus să renunţe tot atât de greu ca la temelia casei sale. Să dăm un exemplu simplu: femeia care crede că faptul că ea e săracă, în timp ce alţii sunt bogaţi este foarte important (Eu – Ei +) nu va renunţa la poziţia ei doar pentru simplul fapt că dobândeşte o sumă mare de bani; aceasta n-o face decât să fie o persoană săracă şi care, din întâmplare, deţine nişte valori. Colega ei, care consideră că e important să fie bogată, în contrast cu defavorizaţii săraci (Eu + Ei –), nu-şi va abandona poziţia dacă-şi pierde banii; o asemenea întâmplare n-o face să fie o persoană săracă, ci o persoană bogată cu dificultăţi financiare temporare.

După cum vom vedea mai târziu, această tenacitate explică viaţa dusă de Cenuşăreasă după ce s-a măritat cu prinţul ei şi, totodată, explică faptul că bărbaţii din prima poziţie (Eu + Tu +) sunt buni ca lideri, fiindcă până şi în cele mai adverse condiţii îşi păstrează respectul universal faţă de ei înşişi şi faţă de cei aflaţi sub conducerea lor. Astfel, cele patru poziţii de bază, (1) Eu + Tu + (a succesului), (2) Eu + Tu – (a aroganţei), (3) Eu – Tu + (depresivă) şi (4) Eu – Tu – (a inutilităţii), rareori pot fi schimbate doar prin circumstanţe exterioare. Schimbările stabile trebuie să vină dinăuntru, fie spontan, fie sub un fel sau altul de influenţă „terapeutică": terapie specializată sau iubire, care este psihoterapia naturală.

Dar există oameni ale căror convingeri sunt lipsite de convingere, astfel că au opţiuni şi alternează între o poziţie şi alta – de exemplu, de la Eu + Tu + la Eu – Tu – sau de la Eu + Tu – la Eu – Tu –. Din punctul de vedere al poziţiilor, acestea sunt personalităţi nesigure sau instabile. Cele sigure sau stabile sunt acelea ale căror poziţii, fie ele bune sau jalnice, nu pot fi clătinate. Pentru ca ideea poziţiilor să fie de vreun folos, ea trebuie să nu fie subminată de schimbările şi instabilităţile personalităţii nesigure. Abordarea tranzacţională — dezvăluirea a ceea ce se spune şi se face cu adevărat la un anumit moment dat — se ocupă de această chestiune. Dacă A se comportă la prânz ca şi cum s-ar situa pe prima poziţie (Eu + Tu +), spunem că „A se află pe prima poziţie". Dacă la ora şase după-amiaza se comportă ca şi cum s-ar situa pe poziţia a treia (Eu – Tu +), spunem: „În contextul de la amiază, A se află pe prima poziţie, iar în condiţiile de la ora şase după-amiază, se află pe a treia." De aici putem concluziona că (1) A este nesigur în prima poziţie şi că (2) dacă are simptome, acestea apar în condiţii speciale. Dacă se comportă în orice situaţie ca şi cum s-ar afla pe prima poziţie, spunem „A este stabil pe prima poziţie", de unde putem anticipa că (1) A este un învingător, că (2) dacă a traversat o terapie, acum este vindecat şi că (3) nu se află sub stăpânirea jocurilor sau cel puţin nu simte compulsia de a juca jocuri, ci are control social —

opțiunea de a hotărî singur în fiecare moment dacă vrea sau nu să joace. Dacă B se comportă în toate circumstanțele ca și cum s-ar afla pe poziția a patra, spunem „B este stabil pe poziția a patra", de unde putem anticipa că (1) B este un învins, că (2) vindecarea lui va fi dificilă și că (3) nu se va putea opri să mai joace acele jocuri care dovedesc că viața e inutilă. Toate acestea se fac prin analiza atentă a tranzacțiilor reale în care se angajează A și B.

Odată formulate predicțiile, ele sunt testate cu ușurință prin noi observații. Dacă comportamentul nu le confirmă, fie analiza a fost deficitară, fie teoria pozițiilor este eronată și va trebui modificată. Dacă comportamentul confirmă predicțiile, teoria este întărită. Până în momentul de față, dovezile susțin teoria.

D. Învingători și învinși

Pentru a verifica predicțiile este nevoie să definim succesul, adică învingătorii și învinșii. Învingătorul este cel care reușește în ceea ce afirmă că va face. Învinsul este cel care nu reușește să realizeze ceea ce își propune să facă. Bărbatul care spune: „Am să merg la Reno și am să joc la cazino" trebuie doar să ajungă acolo și să joace, indiferent dacă câștigă sau pierde. Dacă spune: „Am să merg la Reno și de data asta am să câștig", ajunge învingător dacă câștigă și învins dacă nu câștigă, în funcție de câți bani are în buzunare la sosire. Femeia care divorțează este învinsă doar dacă a spus „Eu n-am să divorțez niciodată". Dacă a declarat: „Într-o bună zi am să-mi dau demisia și după aceea n-am să mai muncesc niciodată", pensia de întreținere plătită de fostul soț va însemna că e învingătoare, fiindcă a realizat ce și-a propus să facă. Din moment ce nu a făcut nici o afirmație cu privire la felul în care își va atinge scopul, nimeni n-o poate acuza că e o învinsă.

E. Pozițiile triadice

Până acum am avut de a face în principal cu poziții diadice, „Eu" și „Tu". Dar ideea de poziție este ca un acordeon și se poate extinde suficient pentru a include o gamă vastă de atitudini pe lângă cele patru fundamentale — aproape tot atâtea atitudini diferite câți oameni există în lume. Așadar, dacă trecem la pozițiile triadice, avem următoarele combinații:

1a. Eu + Tu + Ei +. Poziția democratică, de comunitate, a unei familii prietenoase, un fel de ideal pentru atingerea căruia mulți oameni consideră că merită luptat, poziție concretizată în afirmația „Noi iubim pe toată lumea".

1b. Eu + Tu + Ei –. Poziția plină de prejudecăți, snoabă sau de tip bandă, a demagogului, concretizată în întrebarea: „Cine are nevoie de ei?"

2a. Eu + Tu – Ei +. Poziția agitatorului sau a nemulțumitului și, uneori, a misionarilor de diferite tipuri. „Voi, cei de aici, nu sunteți buni de nimic, în comparație cu ceilalți de acolo."

2b. Eu + Tu – Ei –. Poziția criticului solitar, moralist și intolerant, poziția arogantă în formă pură. „Toată lumea trebuie să se încline în fața mea și să-mi semene pe cât îmi pot semăna niște oameni inferiori."

3a. Eu – Tu + Ei +. Poziția sfântului sau a masochistului care se pedepsește singur, poziția melancolică în formă pură. „Eu sunt cea mai nevrednică persoană din lume."

3b. Eu – Tu + Ei –. Poziția servilă a oamenilor care aleg să muncească pentru bacșișuri din snobism, nu din nevoie. „Eu m-am înjosit, iar tu m-ai răsplătit bine, nu ca restul, care sunt inferiori."

4a. Eu – Tu – Ei +. Poziția invidiei servile și, uneori, a acțiunii politice. „Ei ne urăsc fiindcă nu ne descurcăm la fel de bine."

4b. Eu – Tu – Ei –. Poziția pesimistă a cinicilor și a celor care cred în predestinare și în păcatul originar. „Nici unul dintre noi, de nicăieri, nu e bun de nimic."

Mai există poziții triadice nesigure, precum și unele flexibile, care-i dau celuilalt o șansă. Spre exemplu:

1? Eu + Tu + Ei ? Asta e o poziție evanghelică: „Eu și cu tine suntem OK, dar despre ceilalți nu ne putem pronunța decât după ce-și arată recomandările sau vin de partea noastră."

2? Eu + Tu ? Ei – Asta e o poziție a clasei aristocratice. „Majoritatea celorlalți oameni nu sunt buni de nimic, dar în ce te privește pe tine aștept să-ți văd recomandările și abia apoi mă pronunț."

Așadar, avem patru poziții diadice și opt triadice, în total douăsprezece, existând matematic posibilitatea unui număr egal de poziții flexibile cu un ?, plus șase cu două ?? (Eu + Tu ? Ei ?, Eu – Tu ? Ei – etc.) și una cu trei ???, aceasta din urmă descriind o persoană cu dificultăți de funcționare în relație cu alți oameni. Rezultă un total de treizeci și unu de tipuri posibile — mai mult decât suficient pentru ca viața să fie interesantă. Această varietate se multiplică enorm când începem să ne gândim la semnificația plusurilor și a minusurilor, care, după cum ne amintim, se referă la OK și ne-OK. Aici ne confruntăm imediat cu perechi de adjective bun-rău, trăsături sau combinații care au fost accentuate în familie și care umplu formulele și le conferă semnificație în viața reală.

F. Pozițiile — predicatele

Pozițiile cele mai simple, cele mai greu de abordat și mai periculoase pentru societate sunt acelea bazate pe o singură pereche de adjective OK-ne-OK: Alb-Negru, Bogat-Sărac, Creștin-Păgân, Deștept-Prost, Evreu-Arian, Cinstit-Corupt. Fiecare dintre aceste perechi poate fi împărțită în patru moduri, oricare dintre ele putând fi accentuat într-o familie dată și imprimat pentru toată viața prin învățare timpurie. Astfel,

perechea Bogat-Sărac se împarte în patru variante, în funcție de atitudinea părinților.

1. Eu bogat = OK, Tu sărac = ne-OK (atitudine snoabă, arogantă)
2. Eu bogat = ne-OK, Tu sărac = OK (atitudine rebelă, romantică)
3. Eu sărac = OK, Tu bogat = ne-OK (atitudine revoluționară, plină de resentimente)
4. Eu sărac = ne-OK, Tu bogat = OK (atitudine snoabă, servilă)

(În familiile în care banii nu reprezintă un reper decisiv, perechea Bogat-Sărac nu este polară și schema de mai sus nu se aplică.)

Cu cât fiecare plus și minus include mai multe adjective, cu atât mai complexă și mai flexibilă devine poziția și e nevoie de mai multă inteligență și capacitate discriminativă pentru a o aborda fără pericol. Adjectivele dintr-un set pot fi adunate unul cu altul (nu numai, ci și), scăzute unul dintr-altul pentru îmblânzirea efectului (dar cel puțin este și), cântărite din perspectiva corectitudinii (dar ce e mai important?) și așa mai departe. Astfel, pentru unele persoane de culoare, Bogat Corupt Alb poate fi foarte ne-OK (rău de-a binelea, – – –), în comparație cu Bogat Corupt Negru (cel puțin e negru, – – +) sau cu Bogat Cinstit Alb (cel puțin e cinstit, – + –) sau cu Alb Corupt Sărac (cel puțin e sărac, ca noi, + – –). Dar în unele cazuri, Corupt Alb poate fi cel mai rău dintre toți dacă e Sărac, însă tolerabil dacă e Bogat. Asta, pentru că intervine o altă pereche: Scapă nepedepsit +, Nu scapă nepedepsit –. În acest caz, Sărac Corupt Alb obține – – –, în timp ce Bogat Corupt Alb obține + – –. În alte cazuri poate să existe o condiție, ca în situația când Bogat Alb (Compania Financiară) poate fi OK dacă nu e Corupt, dar dacă este, devine ne-OK (+ + –→ + + –).

Se pare că alegerea pronumelor, Eu, Tu și Ei, + sau – sau ?, stabilește în ultimă instanță soarta individului, inclusiv finalul scenariului său, indiferent ce adjective sau predicate

folosește pentru + și –. Astfel, Eu + Tu – Ei – (2b) va sfârși aproape de fiecare dată singur, poate în sihăstrie, într-o închisoare, spital-azil sau morgă, indiferent care este motivul aroganței sale: religia, banii, rasa, sexul etc., pe când Eu – Tu + Ei + (3a) va sfârși aproape de fiecare dată nefericit și poate suicidar, indiferent care sunt trăsăturile specifice din cauza cărora se simte nevrednic. Așadar, pronumele hotărăsc finalul scenariului, învingătorii și învinșii. Predicatele stabilesc conținutul scenariului, stilul de viață — religie, bani, rasă, sex —, dar nu au nimic de a face cu rezultatul final.

Trebuie să recunoaștem că până aici, în tot ce am spus nu există nimic care să nu poată fi înțeles de un copil de șase ani, cel puțin în măsura în care se aplică la el însuși. „Mama spune să nu mă joc cu tine, pentru că tu ești (murdar, de rând, rău, catolic, evreu, italian, irlandez etc.) este pur și simplu Eu + Tu –. „Mă joc cu tine, dar nu vreau să mă joc cu el, pentru că trișează" este Eu + Tu + El –, la care cel exclus replică: „Nici nu m-aș juca cu voi, pentru că sunteți niște papă-lapte", adică Eu + Tu – El –. E nevoie însă de foarte multă sofisticare — mai multă decât au majoritatea oamenilor — pentru a înțelege principiul-cheie al pozițiilor: pronumele și semnele (+ –) sunt singurele care contează; predicatele sau adjectivele sunt incluse doar pentru a ușura structurarea timpului. Predicatele nu fac altceva decât să le dea oamenilor un subiect de discuție după ce spun „bună ziua", dar nu influențează câtuși de puțin ceea ce se va întâmpla, cât de bine sau de rău se va desfășura viața lor sau care le va fi răsplata finală.

Spre exemplu, mulți oameni nu reușesc să înțeleagă cum polițiștii naziști înflăcărați din Germania de Est au putut deveni polițiști comuniști la fel de înflăcărați, din moment ce aceste două partide par diametral opuse. Dar opuse sunt doar adjectivele. Poziția naziștilor era Eu + (nazist), El – (trădător), așadar el trebuie omorât. Poziția comunistă era Eu + (comunist), El – (trădător), așadar el trebuie omorât. Deși predicatele sunt contrare, poziția este aceeași în ambele cazuri: Eu + El –, așadar el trebuie omorât. Regulă: o schimbare a predicatelor, indiferent cât de radicală, nu modifică nici poziția, nici scenariul: în ambele cazuri, individul va ajunge criminal, și asta contează pentru el, nu ce fel de oameni ucide. Din acest motiv, nimic nu e mai ușor decât ca un fanatic să schimbe tabăra, sub îndrumarea adecvată.

Acest exemplu ilustrează, de asemenea, faptul că pozițiile sunt foarte importante în interacțiunile sociale cotidiene. Primul lucru pe care-l simt oamenii unii despre alții este poziția, și în această privință, în general, cei care se aseamănă se adună. Oamenii care gândesc bine despre ei înșiși și despre lume (+ +) preferă de obicei să se asocieze cu alții care le seamănă, și nu cu oameni care au să se plângă. Și oamenilor care se simt superiori (+ –) le place să se adune laolaltă în cluburi și organizații. Iar dacă nefericirea cere tovărășie, oamenii care se simt inferiori (– +) se vor aduna și ei, de obicei în baruri ne-OK. Cei care se simt inutili (– –) se adună în cafenele sau pe stradă, ca să-și bată joc de ceilalți. În țările occidentale, îmbrăcămintea indică similaritatea poziției chiar și mai clar decât poziția socială. + + se îmbracă îngrijit, dar nu țipător; + – agreează uniformele, ornamentele, bijuteriile și modelele aparte, care-i etalează superioritatea; – + poartă haine uzate sau se îmbracă neglijent, dar nu neapărat neîngrijit sau poate purta o uniformă „inferioară", în timp ce – – tinde să poarte o uniformă „duceți-vă dracului", care-i arată disprețul față de îmbrăcăminte și de tot ce simbolizează ea. Uniforma schizofrenică, în care se combină uzura și eleganța, croiala lălâie cu cea suplă, violetul cu cenușiul, pantofii scâlciați cu inelele cu diamant intră în această categorie.

Am menționat deja tenacitatea cu care oamenii se agață de poziția lor când se schimbă condițiile — femeia bogată care nu devine săracă dacă-și pierde banii, ci rămâne o persoană bogată cu dificultăți financiare temporare sau, și mai grăitor, fata sărmană care obține o mulțime de bani, dar prin asta nu devine bogată. Fixitatea poziției se poate exprima în viața cotidiană într-un mod exasperant și confuzionant: „Sunt o persoană bună (în ciuda faptului că fac lucruri rele)." Cel care

adoptă această poziție se așteaptă să fie tratat tot timpul ca și cum ar fi bun și se simte insultat dacă e privit altfel.

În asta constă o sursă frecvent întâlnită de conflicte conjugale. Astfel, Marty Collins insistă că e un soț bun, în ciuda faptului că-și bate soția în fiecare sâmbătă seara, când se îmbată. Chiar mai uluitor e că soția lui, Scottie, îl susține, cu faimosul protest: „Cum poți fi supărată pe bărbatul care ți-a trimis flori anul trecut de Crăciun?" Pe de altă parte, Scottie e ferm convinsă că este o persoană cu desăvârșire cinstită, deși minte pe față și fură bani din portofelul soțului ei. Iar el o susține în această poziție pe timpul săptămânii. Doar în serile de sâmbătă, ea îl face derbedeu, iar el o face mincinoasă. Din moment ce căsnicia se bazează pe un acord bilateral de a trece cu vederea discrepanțele, fiecare dintre ei se indignează când se scot pe tapet scăpările, iar dacă amenințarea la adresa poziției OK e prea mare, se va produce divorțul. Divorțul are loc pentru că (1) unul dintre soți nu suportă să fie demascat sau (2) celălalt nu suportă minciuna sfruntată necesară pentru evitarea demascării.

G. Alegerea scenariului de viață

Următorul pas în elaborarea scenariului constă în găsirea unui fir narativ cu finalul adecvat, un răspuns la întrebarea: „Ce se întâmplă unui om ca mine?" Copilul știe — pentru că este învățat — dacă va fi învingător sau învins, ce trebuie să gândească despre alții, cum se vor purta ceilalți cu el și ce înseamnă „un om ca mine". Mai devreme sau mai târziu aude o poveste despre „un om ca mine", iar asta îi spune încotro se îndreaptă. Poate fi un basm pe care i-l citește mama, o întâmplare de familie relatată de bunica sau o legendă din folclorul găștii de pe stradă, pe care o aude la colț. Dar indiferent unde o aude, o recunoaște instantaneu și-și spune: „Ăsta-s eu!" Acea poveste va deveni scenariul său, iar el își va petrece tot restul vieții încercând să-l aducă la îndeplinire.

Astfel, pe baza experiențelor timpurii cu sânul sau sticla, în baie sau în privată, în dormitor, bucătărie și camera de zi, copilul își dobândește convingerile, își ia deciziile și-și adoptă poziția. Apoi, din ceea ce aude și citește, alege o predicție și un plan: cum se va comporta ca învingător sau învins, pe ce temeiuri și care va fi răsplata finală, iar asta e prima versiune clară a scenariului său pe toată viața. Acum suntem gata să luăm în discuție diferite forțe și elemente din care este alcătuit scenariul, căci pentru a construi scenariul, individul trebuie să aibă la dispoziție instrumentele necesare.

Capitolul 6
ANII DE MODELARE

A. Programarea parentală

Ajunsă la vârsta de șase ani, individul uman tipic a încheiat grădinița (cel puțin în America) și e împins în lumea mai competitivă a clasei întâi de școală. Aici va trebui să se confrunte pe cont propriu cu învățătorii și cu colegii. Din fericire, la acest moment nu mai e un copilaș neajutorat, azvârlit într-o lume la construirea căreia n-a participat. Din mica suburbie a locuinței lui, se aventurează în marea metropolă frenetică a școlii, dotat cu un întreg set de reacții sociale pe care e gata să le ofere diferiților oameni din jur. În mintea sa sunt deja programate propriile-i modalități de a-și găsi drumul sau cel puțin de a supraviețui, iar planul său de viață a fost deja alcătuit. Preoții și dascălii din Evul Mediu știau acest lucru și, în consecință, spuneau: „Dați-mi copilul pe mână până când împlinește șase ani, iar după aceea vi-l dau înapoi." O bună educatoare de grădiniță poate chiar să anticipeze deznodământul și ce fel de viață va avea copilul: fericită sau nefericită, de învingător sau de învins.

Așadar, comedia sau tragedia fiecărei vieți omenești este aceea plănuită de un țânc preșcolar, cu cunoștințe foarte limitate despre lume și mecanismele ei și a cărui inimă e plină în principal cu ceea ce au depozitat în ea părinții. Și totuși, acest copil-minune este tocmai cel care stabilește ce se va întâmpla, pe termen lung, cu regii, țăranii, prostituatele și reginele. N-are cum să deosebească realitatea de iluzie și distorsionează cele mai banale întâmplări cotidiene. I se spune că dacă face sex înainte de căsătorie va fi pedepsit, iar dacă face sex

după căsătorie, nu va fi pedepsit. Crede că soarele apune și are nevoie de zece sau chiar patruzeci de ani ca să descopere că de fapt el fuge de soare, și face confuzie între burtă și stomac. E mult prea mic ca să decidă mare lucru în afară de meniul pentru cină, dar totodată el e Împăratul Vieții, cel care hotărăște cum va muri.

Planul pe care-l face pentru viitorul etern este elaborat după specificațiile familiei. Adesea, o parte din cele mai importante specificații poate fi descoperită foarte rapid, poate chiar în primul interviu, prin întrebări de genul: „Ce-ți spuneau părinții când erai foarte mic?" sau „Ce ți-au spus despre viață părinții când erai mic?" sau „Ce-ți spuneau părinții când erau furioși?" De multe ori, răspunsul nu seamănă a directivă, dar cu puțină gândire marțiană, poate fi exprimat sub forma unei directive.

Spre exemplu, multe dintre sloganurile aferente învățării controlului sfincterian menționate la începutul capitolului 5 reprezintă, de fapt, ordine parentale. „Reprezentația publică" este, practic, ordinul de a se etala. Copilul învață în scurt timp acest lucru observând încântarea mamei când se conformează și dezamăgirea ei când nu se conformează. La fel, „Hai să-l vezi cât de drăgălaș e!" înseamnă: „Să te văd că dai o reprezentație reușită", iar „Grăbește-te!" și „N-ai decât să stai acolo până faci" sunt comenzi sau porunci negative: „Nu mă face să aștept!" și „Nu-mi întoarce vorba!" Însă „Lasă-l cât vrea el" constituie o autorizație sau o permisiune. Copilul înțelege diferențele mai întâi din reacțiile părinților, iar ulterior, după ce va începe să facă achiziții lexicale, din cuvintele propriu-zise.

Copilul se naște liber, dar învață în scurt timp că lucrurile nu stau chiar așa. În primii doi ani de viață el este programat în principal de mamă. Acest program alcătuiește scheletul inițial sau germenele, „protocolul primar", care se referă inițial la a înghiți sau a fi înghițit, iar mai apoi, după ce copilului îi ies dinții, la a sfâșia sau a fi sfâșiat. Sau, cum se exprimă Goethe, a fi ciocan ori a fi nicovală — cea mai primitivă vari-

antă a alegerii între a fi învingător sau învins, ilustrată în miturile grecești și în Ritualurile Primare, în care copiii sunt devorați, iar membrele poetului zac împrăștiate pe pământ. Chiar în primele luni după naștere se vede adesea foarte clar cine deține controlul: mama sau sugarul. Această stare de lucruri poate fi inversată mai devreme sau mai târziu, dar în momente de stres sau de furie se mai pot regăsi consecințe ale situației inițiale. Însă foarte puțini oameni au amintiri din această perioadă, cea mai importantă în multe privințe, așa că ea trebuie reconstituită cu ajutorul părinților, rudelor, doicilor și pediatrilor, al ipotezelor construite pe marginea viselor și, poate, al albumului de familie.

Între doi și șase ani, terenul e mai ferm, pentru că aproape toți oamenii își aduc aminte câteva tranzacții, incidente sau impresii din acea etapă a elaborării scenariului, etapă paralelă și în strânsă legătură cu evoluția complexului Oedip. De fapt, după înțărcare și educarea controlului sfincterian, directivele cu cel mai mare grad de universalitate pe tot cuprinsul lumii și cu cele mai durabile efecte sunt acelea privitoare la sexualitate și agresivitate. Organismul și specia supraviețuiesc cu ajutorul circuitelor înnăscute, întipărite prin selecția naturală. Din moment ce alăptatul, sexul și lupta presupun prezența unei alte persoane, ele sunt activități „sociale". Aceste imbolduri îi conferă individului un anumit caracter sau anumite trăsături: lăcomie, caracter mascul sau femel și agresivitate. Tot înnăscute sunt și circuitele care tempereazä imboldurile în cauză; ele dau naștere tendințelor opuse: renunțare, reticență și moderație. Aceste trăsături le permit oamenilor să trăiască laolaltă cel puțin o parte din timp într-o liniște rezonabilă, într-un murmur surd al competiției și nu într-un permanent tumult nepotolit de luare în stăpânire, copulație și încăierare. Într-un mod încă neclar, excreția devine cumva implicată în acest sistem de socializare, iar circuitele înnăscute care asigură controlul ei dau naștere calităților legate de ordine.

Programarea parentală stabilește când și cum sunt exprimate imboldurile, când și cum sunt impuse restricțiile. Ea folosește circuitele preexistente și le programează într-o anumită manieră, pentru a obține anumite rezultate sau răsplăți. Ca urmare a acestei programări apar noi trăsături, care reprezintă compromisuri între imbolduri și controlul acestora. Din lăcomie și renunțare rezultă răbdarea, din caracterul mascul sau femel și reticență rezultă masculinitate și feminitate, din luptă și moderație rezultă iscusința, iar din dezordine și ordine rezultă firea îngrijită. Toate aceste trăsături — răbdare, masculinitate și feminitate, iscusință și fire îngrijită — sunt învățate de la părinți și programate în perioada de modelare, între doi și șase ani.

Fiziologic, programarea înseamnă facilitare, crearea căii de rezistență scăzută. Operațional, înseamnă că un stimul dat va determina, cu un grad mare de probabilitate, o reacție deja întipărită. Fenomenologic, programarea parentală înseamnă că o reacție este determinată de directivele parentale, voci înregistrate anterior, care pot fi auzite dacă individul ascultă cu atenție ce se petrece în mintea lui.

B. Gândire în stil marțian

Când părinții se amestecă în libera exprimare a copiilor sau încearcă să o influențeze, directivele date de ei sunt interpretate într-un fel de părinte, în alt fel de privitori și în alt fel de copilul însuși. De fapt, există cinci puncte de vedere diferite: (1) Ce afirmă părintele că voia să spună. (2) Ce crede un privitor naiv că a vrut să spună părintele. (3) Înțelesul literal a ceea ce s-a spus. (4) Ce voia „cu adevărat" să spună părintele. (5) Ce înțelege copilul. Primele două puncte de vedere sunt „directe" sau „pământene", iar ultimele trei sunt „reale" sau marțiene.

Butch

Să luăm drept exemplu un băiat de vârsta liceului care bea mult. Pe când avea șase ani, maică-sa l-a prins adulmecând sticla cu whisky și i-a spus: „Ești prea mic ca să bei whisky."

(1) Mama credea că spune: „Nu vreau ca băiatul meu să bea whisky." (2) Un privitor naiv, unchiul băiatului, a fost de acord: „Sigur că ea nu vrea ca băiatul ei să bea whisky; nici o mamă cu judecată n-ar vrea așa ceva." (3) De fapt, mama a spus: „*Ești prea mic* ca să bei whisky." (4) Tocmai asta și voia să spună: „A bea whisky e treabă de bărbat, iar tu ești copil." (5) Din asta, Butch a înțeles: „Când vine vremea să dovedești că ești bărbat, va trebui să bei whisky."

Astfel, pentru un pământean, mustrarea mamei a părut a fi „de bun-simț". Dar copiii gândesc în stil marțian înainte ca părinții să-i dezvețe de acest obicei. Tocmai de asta gândurile lor spontane par atât de proaspete și de noi. Copilul are misiunea de a învăța ce vor să spună, de fapt, părinții săi. Asta îl ajută să păstreze iubirea lor sau măcar protecția din partea lor sau, în cazurile dificile, să supraviețuiască pur și simplu. Dar dincolo de toate acestea, copilul își iubește părinții și principalul său scop în viață este acela de a-i mulțumi (dacă aceștia îi permit), iar pentru a face asta, trebuie să știe ce vor ei.

Așadar, din fiecare directivă, oricât de indirect ar fi ea formulată, copilul încearcă să extragă esența imperativă sau miezul marțian. Astfel își programează planul de viață. Pisicile și porumbeii pot face, de asemenea, acest lucru, numai că le ia mai mult timp. Se numește programare fiindcă e foarte probabil ca efectele directivelor să se permanentizeze. Pentru copil, dorința părintelui e poruncă și așa va rămâne tot restul vieții sale, dacă nu se produce o răsturnare drastică de situație. Doar chinurile (război, închisoare) sau extazul (convertirea, iubirea) îl pot elibera rapid; experiența de viață și psihoterapia pot duce la eliberare, dar mai lent. Moartea părinților nu risipește neapărat vraja; în cele mai multe cazuri, dimpotrivă, o accentuează. Câtă vreme Copilul este adaptat și nu liber, indiferent ce sarcină neplăcută cere Părintele, persoana „condusă de scenariu" (în original, *script-driven*) o va îndeplini, și indiferent ce sacrificii se cer, persoana „dominată de scenariu" (în original, *script-ridden*) le va face. Paralela cu proxenetul și prostituata e izbitoare. Ea preferă să fie exploatată de el, să sufere din cauza lui și să obțină din asta ce satisfacții poate, decât să se aventureze în necunoscut fără protecția pe care el i-o oferă.

Marțiana traduce cuvintele în forma adevăratei lor semnificații, în funcție de rezultatele pe care le determină, și judecă oamenii nu după intenția lor aparentă, ci după „etalarea finală". Astfel, multe acțiuni parentale aparent juste sunt de fapt misiuni de-a dreptul injuste. Un adolescent a avut ghinion cu mașina pe care și-a ales-o, astfel că trebuia să facă adesea reparații costisitoare, care-l îngrijorau pe tatăl lui. Tatăl „bun" a „comunicat" cu tânărul din când în când pe această temă, iar o dată a bombănit cu bunăvoință: „Eh, treaba asta mă costă, dar nu-ți face prea multe griji." Firește, băiatul a interpretat generozitatea politicoasă a părintelui drept: „E cazul să-ți faci griji." Dar dacă el spunea că-și face griji sau întreprindea ceva neobișnuit ca să încerce să remedieze situația, tatăl putea să-l dojenească, spunându-i: „Ți-am spus să nu-ți faci *prea multe* griji!" Traducerea în marțiană a atitudinii „amabile" exprimate prin „Nu-ți face prea multe griji!" este: „Fă-ți griji până când am să-ți pot spune că-ți faci prea multe griji."

Un exemplu și mai spectaculos este cel al unei chelnerițe abile, capabilă să circule printre mese într-un restaurant aglomerat, cu multă agitație, având brațele încărcate cu farfurii cu mâncare fierbinte. Siguranța mișcărilor ei stârnea admirația atât din partea conducerii restaurantului, cât și din partea clienților. Într-o zi, părinții fetei au venit să mănânce în acel local și s-o admire la rândul lor. Când fata a trecut iute pe lângă masa lor cu povara-i obișnuită, maică-sa a strigat cu teamă evidentă: „Ai grijă!", la care fata, pentru prima oară în cariera ei... Mda, până și cel mai pământean cititor poate să termine povestirea fără să aibă nevoie de traducere. Pe scurt, „Ai grijă!" înseamnă prea adesea: „Fă o greșeală, ca să-ți pot

spune: «Ți-am zis eu să ai grijă!»", și asta e etalarea finală. „Ai grijă, ha-ha!" e o provocare chiar și mai mare. Ca instrucțiune simplă din partea Adultului, „Ai grijă!" poate avea o oarecare valoare, dar îngrijorarea excesivă sau „ha-ha"-ul Copilului îi conferă altă semnificație.

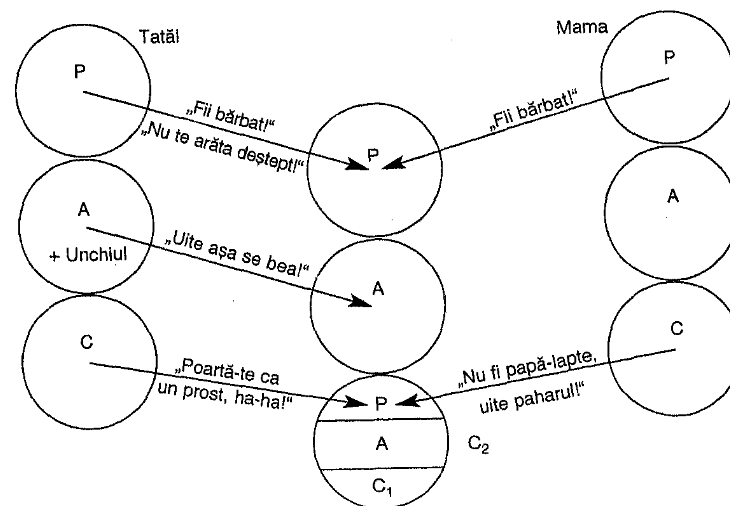
În cazul lui Butch, apostrofa „Ești prea mic ca să bei!" venită din partea unei mame care trăgea și ea la măsea însemna: „Hai, apucă-te mai repede de băut, ca să pot protesta", în asta constând etalarea finală a manevrei ei. Butch știa ce are de făcut mai devreme sau mai târziu dacă vrea să obțină atenția oferită de maică-sa fără tragere de inimă, jalnicul ei substitut de iubire. Dorința ei, așa cum a interpretat-o băiatul, a devenit misiunea sa. Tatăl lui, om muncitor, care bea zdravăn la sfârșit de săptămână, îi oferea un exemplu bun. La șaisprezece ani, Butch se îmbăta deja cu regularitate. După ce a împlinit șaptesprezece, unchiu-său s-a așezat lângă el, a pus pe masă o sticlă cu whisky și i-a zis: „Butch, o să te învăț să bei."

Taică-său avea obiceiul să-i spună cu un zâmbet disprețuitor: „Cât de prost poți să fii!" Astea erau singurele cuvinte pe care i le adresa, așa că Butch a hotărât de timpuriu că trebuie să se poarte ca un prost — alt exemplu al valorii gândirii marțiene, din moment ce taică-său arăta limpede că n-are nevoie în casă de cineva care „se dă deștept". În realitate, tatăl spunea: „Ai face bine să te porți ca un prost când sunt eu de față", iar Butch știa acest lucru. Ajunge cu marțiana...

Mulți copii cresc în familii în care tatăl muncește mult și bea mult. Munca multă este o prescripție menită să umple timpul între reprizele de băut. Dar băutul poate să influențeze negativ munca, iar băutura constituie blestemul clasei muncitoare. Pe de altă parte, munca influențează negativ băutul, fiind blestemul clasei băutoare. Băutul și munca sunt contrarii. Dacă băutul face parte dintr-un scenariu de viață, munca reprezintă un contrascenariu.

„Matricea scenariului"[43] din figura 6 prezintă directivele scenariului lui Butch. Sus, Părintele iritabil al tatălui spune:

[43] Matricea scenariului a fost descrisă pentru prima oară de Claude M. Steiner. Vezi articolul său, „Script and Counterscript". *Transactional*



Un tânăr alcoolic
Figura 6

„Fii bărbat, dar nu te arăta deștept", în timp ce jos, Copilul disprețuitor al acestuia spune: „Poartă-te ca un prost, ha-ha!" Sus, Părintele grijuliu al mamei spune: „Fii bărbat, dar ești deocamdată prea mic", în timp ce jos, Copilul ei îl provoacă: „Nu fi papă-lapte, uite paharul!" Între ele, Adultul tatălui, cu ajutorul unchiului, îl învață pe Butch să bea cum trebuie.

C. Micul avocat

Gândirea marțiană îi permite copilului să afle ce vor „cu adevărat" părinții, adică la ce vor reacționa cel mai favorabil. Folosind-o cu eficiență, el își asigură supraviețuirea și-și exprimă iubirea față de părinți. Astfel, își construiește starea

Analysis Bulletin 5: 133-135, Aprilie 1966. Vezi, de asemenea, Steiner, C.M., *Games Alcoholics Play*. Grove Press, New York, 1972.

Eului cunoscută sub numele de „Copil adaptat". Copilul adaptat vrea și are nevoie să se poarte într-o manieră adaptată și încearcă să evite comportamentele neadaptative, ba chiar și simțămintele neadaptative, care vor suscita reacții mai puțin decât optime din partea celor din jur. Totodată, Copilul liber, care se exprimă spontan, trebuie ținut în frâu. Echilibrul dintre aceste două forme de comportament este păstrat de Adultul copilului (AC în Figura 7, p. 147), care trebuie să acționeze ca un computer extrem de agil pentru a hotărî ce este necesar și ce este permisibil în fiecare moment al fiecărei situații. Acest Adult atinge o deosebită măiestrie în a ghici ce doresc și ce vor tolera oamenii sau, în cel mai rău caz, ce-i va emoționa ori îi va înfuria cel mai tare, sau poate îi va face să simtă cea mai mare vinovăție, neajutorare, frică sau durere. Așadar, Adultul copilului este un observator iscusit al firii omenești și, de aceea, i se spune Profesorul. De fapt, el cunoaște mai multă psihologie și psihiatrie practică decât oricare profesor adult, deși, după mulți ani de instruire și experiență, un profesor adult poate ajunge să știe până la 30% din ceea ce știa când avea patru ani.

După ce a învățat gândirea marțiană, obținând astfel un Copil adaptat sănătos, Profesorul își îndreaptă atenția spre gândirea juridică, în scopul de a găsi cât mai multe modalități prin care să se poată exprima Copilul liber. Gândirea juridică debutează în anii de modelare, dar își atinge dezvoltarea deplină spre sfârșitul copilăriei, iar dacă părinții o încurajează se poate prelungi până la maturitate, dând naștere avocaților. În limbaj colocvial, gândirea juridică este numită gândire șmecheră. Ea se întâlnește deosebit de frecvent în domeniul eticii sexuale personale. Astfel, o fată instruită de părinți să nu-și piardă virginitatea poate să practice masturbarea reciprocă, felația sau diferite alte activități sexuale, care-i permit să dea ascultare literei legii parentale, chiar dacă știe că, „în realitate", părinții voiau să-i spună să nu facă nimic din registrul sexual. Dacă părinții îi dau avertismente negative în privința „sexului", se poate ca fata să aibă contact sexual fără orgasm. Șmecheria sexuală clasică era folosită de prostituatele din Paris la începutul secolului al XX-lea. (S-ar putea să mai fie folosită și astăzi.) Când mergeau la spovedanie, li se ierta meseria, pe temeiul faptului că e ceva strict profesional, cu condiția ca practicarea ei să nu le excite. Doar dacă simțeau plăcere, activitatea lor era considerată păcat.[44]

Părinții îi impun copilului o interdicție pe care o consideră suficientă pentru a acoperi situația, dar nu acordă destul credit istețimii pe care, în general, au dezvoltat-o chiar ei la copiii lor. Astfel, un băiat căruia i se spune „Nu face prostii cu femeile" poate să ia aceasta drept permisiunea de a face prostii cu alți băieți sau, în anumite cazuri, cu oile sau vacile; gândind din perspectivă juridică, este nevinovat, fiindcă nu face ceea ce i-au interzis părinții. O fată căreia i s-a spus „Nu lăsa băieții să te atingă" a hotărât că interdicția înseamnă că are voie să se atingă singură. Prin această șmecherie, Copilul adaptat al fetei a rămas supus față de dorințele mamei, iar Copilul liber s-a putut bucura de plăcerile masturbării. Un băiat căruia i s-a spus în manieră similară „Nu face prostii cu fetele" a luat interdicția drept permisiune de a face prostii cu el însuși. Nici unul dintre acești oameni n-a încălcat propriu-zis vreo interdicție parentală. Copilul abordează astfel de restricții așa cum ar face-o un avocat: caută șmecheria cu ajutorul căreia să le ocolească.

Unor copii le place să se supună și nu caută șmecherii; alții au lucruri mai interesante de făcut. Dar așa cum mulți oameni se dedică găsirii de căi prin care să evite legea fără a o încălca, tot așa, mulți copii sunt interesați să descopere cum pot fi obraznici fără a încălca de-a dreptul spusele părinților. În ambele cazuri, chiar părinții sunt cei care îi învață pe copii această iscusință și le-o încurajează, ea făcând parte din programarea parentală. În anumite cazuri, de aici poate să rezulte formarea unui antiscenariu, prin care copilul reușește să inverseze complet intenția scenariului, fără a încălca propriu-zis vreo direcție a scenariului inițial.

---

44 Philippe, C.L. *Bubu of Montparnasse* (cu prefață de T.S. Eliot). Berkeley Publishing Company, New York, 1957.

D. Instrumentarul scenariului

Adepții analizei tranzacțională nu au plecat de la ideea că planurile de viață ale oamenilor sunt construite la fel ca miturile și basmele. Ei au observat că hotărârile din copilărie și nu planurile formulate la vârsta adultă par să determine, în ultimă instanță, destinul individului. Orice ar fi crezut sau ar fi spus oamenii că fac cu viața lor, ei păreau mânați de o compulsie lăuntrică de a obține o răsplată finală deseori diferită de ceea ce scriau în autobiografie sau în curriculum vitae. Mulți dintre cei care afirmau că vor să facă bani ajungeau să-i piardă, pe când în jurul lor alții se îmbogățeau. Unii care susțineau că sunt în căutarea iubirii găseau ură chiar și la cei care-i iubeau. Părinții care declarau că au făcut tot ce-au putut ca să crească niște copii fericiți se trezeau cu dependenți de substanțe, pușcăriași și sinucigași. Indivizii pioși care studiau Biblia comiteau omucideri și violau copii. Aceste contradicții există încă de când a apărut specia umană; ele sunt cele despre care se cântă la operă și care asigură vânzarea ziarelor.

Treptat, a devenit evident că, deși din punctul de vedere al Adultului aceste lucruri n-au nici o noimă, pentru partea de Copil a personalității sunt foarte inteligibile. Acestei părți a personalității îi plac miturile și basmele; ea crede că lumea a fost cândva sau ar putea să devină așa cum o descriu poveștile. În consecință, descoperirea faptului că adesea, când își alcătuiesc planul vieții, copiii urmează firul narativ al unui basm preferat n-a constituit o surpriză. Adevărata surpriză a fost constatarea că planurile acestea rămân valabile timp de douăzeci, patruzeci, poate chiar optzeci de ani și că de obicei, în final, ele prevalează asupra „bunului-simț".

Mergând înapoi pe firul evenimentelor de la un suicid, un accident auto, un delirium tremens, o condamnare la închisoare sau un divorț și ignorând „diagnosticul" pentru a afla ce s-a întâmplat în realitate, s-a relevat în scurt timp că în aproape toate cazurile, aceste deznodăminte au fost planificate înainte de vârsta de șase ani.[45] Planurile sau scenariile aveau anumite elemente comune, care alcătuiau „instrumentarul scenariului". Același instrumentar părea să acționeze și în scenariile bune: creatori, lideri, eroi, bunici venerabili și oameni remarcabili în profesia lor. Instrumentarul avea de a face cu structurarea timpului lor pe parcursul vieții și s-a dovedit a fi același ca instrumentarul folosit în acest scop în basme.

În povești, programarea o fac uriașii și uriașele, monștrii și vrăjitoarele, zânele-nașe și animalele sălbatice recunoscătoare, magicienii mohorâți de ambele sexe. În viața reală, toate aceste roluri le joacă părinții.

Psihoterapeuții știu mai multe despre scenariile „rele" decât despre cele „bune" fiindcă primele sunt mai spectaculoase și oamenii petrec mai multă vreme vorbind despre ele. Freud, de exemplu, citează nenumărate studii de caz ale unor învinși, singurii învingători ce apar în operele sale fiind Moise, Leonardo da Vinci și el însuși. Foarte puțini învingători se obosesc să afle cum au ajuns astfel, pe când învinșii își doresc deseori din toată inima să afle acest lucru, ca să poată lua măsuri. De aceea, în secțiunile ce urmează ne vom ocupa mai întâi de scenariile de înfrângere, în privința cărora avem cunoștințe foarte precise. În cazul lor, instrumentarul scenariului cuprinde următoarele elemente, traduse de copil în imperative marțiene:

1. Părinții îi spun copilului cum să-și sfârșească viața. „Dispari!" sau „Să nu te mai văd!" sunt condamnări la moarte; la fel și „Să mori bogat". „O să sfârșești ca tatăl tău (alcoolic)" e o condamnare pe viață. Numim un astfel de ordin răsplata finală sau blestemul scenariului.

---

45 La Seminariile de Analiză Tranzacțională din San Francisco au fost cercetate amănunțit câteva zeci de scenarii. Acestea și cele cu care am lucrat în activitatea mea terapeutică sunt cele pe care le cunosc cel mai bine. Mulți alți analiști de scenariu acceptă principiile prezentate aici, pe baza experienței lor care, luată în ansamblu, cuprinde probabil câteva mii de cazuri din spitale, clinici, școli și închisori, precum și din practica privată.

2. Apoi îi dau un ordin negativ nedrept, care îl va împiedica să scape de blestem: „Nu mă bate la cap!" sau „Nu fă pe deşteptul!" (= Dispari!) sau „Nu te mai văicări!" (= N-ai decât să crapi!). Aceasta constituie porunca sau piedica (în original, *stopper*) scenariului. Poruncile sunt date de starea de Părinte Critic al Eului sau din cea a Copilului nebun.

3. Părinţii încurajează comportamentul care va conduce la răsplată: „Bea un pahar!" ori „Doar n-o să-l laşi să scape nepedepsit!" Asta se numeşte provocarea scenariului sau ispita (în original, *come-on*). Ea îşi are originea într-o stare de Copil răutăcios — sau demon — a Eului părintelui şi de obicei e însoţită de un „ha-ha!"

4. Tot ei îi prescriu cum să-şi umple timpul în aşteptarea întâmplărilor cu adevărat palpitante, sub forma unui precept moral. „Munceşte pe brânci!" poate să însemne: „Munceşte pe brânci toată săptămâna ca să te poţi îmbăta sâmbătă seara." „Ai grijă de fiecare bănuţ!" poate însemna: „Ai grijă de fiecare bănuţ ca să-ţi poţi pierde toţi banii odată." Acesta este sloganul antiscenariului şi provine de la starea de Părinte grijuliu.

5. În plus, părinţii îşi învaţă copilul ce trebuie să ştie în viaţa reală ca să-şi îndeplinească scenariul: cum să prepare cocteiluri, cum să ţină registre, cum să înşele. Acesta este modelul sau programul, o formă de instruire Adultă.

6. Copilul, la rândul lui, are imbolduri şi impulsuri contrare întregului instrumentar al scenariului pe care i-l impun părinţii. „Bate la uşă!" (versus „Dispari!"), „Fă pe deşteptul!", „Ia-ţi tălpăşiţa!" (versus „Munceşte pe brânci"), „Cheltuieşte acum tot ce ai!" (versus „Pune deoparte fiecare bănuţ"), „Greşeşte!" Acestea sunt impulsurile conforme cu scenariul sau demonul.

7. Undeva, ascunsă, există o modalitate de a scăpa de blestem. „Ai voie să reuşeşti după ce împlineşti patruzeci de ani." Acest antidot împotriva vrăjii nefaste (în original, *spell-breaker*) se numeşte antiscenariu sau eliberare interioară. Dar adesea, singurul antiscenariu e moartea: „Ai să-ţi primeşti răsplata în rai."

Exact acelaşi instrumentar de structurare a timpului se găseşte în mituri şi basme. Răsplata sau blestemul: „Dispari!" (Hansel şi Gretel) ori „N-ai decât să crapi!" (Albă-ca-Zăpada, Frumoasa din Pădurea adormită). Porunca sau piedica: „Nu fi prea curios!" (Adam şi Eva, Pandora). Provocarea sau ispita: „Înţeapă-te în deget cu fusul, ha-ha!" (Frumoasa din Pădurea adormită). Sloganul antiscenariului: „Munceşte din greu până-l întâlneşti pe prinţ!" (Kari rochie-de-lemn) sau „Poartă-te frumos până când ea spune că te iubeşte!" (Frumoasa şi Bestia). Modelul sau programul: „Poartă-te bine cu animalele, iar ele te vor ajuta la nevoie." (Bucle de aur). Impulsul sau demonul: „Am să arunc doar o privire!" (Barbă Albastră). Antiscenariul sau antidotul blestemului: „Ai voie să nu mai fii broscoi după ce ea te izbeşte de perete." (Broscoiul fermecat) sau „Ai să fii liber după doisprezece ani de munci grele" (Hercule).

Aceasta e componenţa instrumentarului scenariului. Blestemul, piedica şi ispita alcătuiesc comenzile scenariului, iar celelalte patru elemente pot fi folosite împotriva lor. Dar copilul trăieşte într-o lume de basm, frumoasă, mediocră sau oribilă, şi crede în principal în magie. În consecinţă, el caută o rezolvare magică, prin superstiţii şi fantezie. Nereuşind pe această cale, recurge iarăşi la demon.

Însă demonul are o caracteristică anume: când demonul copilului spune „Am să te sfidez, ha-ha!", demonul părintelui replică: „Exact asta vreau să faci, ha-ha!" Astfel, provocarea scenariului şi impulsurile conforme cu scenariul, ispita şi demonul merg mână-n mână şi-l duc pe învins la pieire. Părintele învinge când copilul pierde, iar copilul pierde încercând să învingă. Ne vom referi mai detaliat la toate aceste elemente în capitolul 7.

Capitolul 7

INSTRUMENTARUL SCENARIULUI DE VIAȚĂ

Pentru a pricepe cum funcționează scenariul și cum să-l abordăm în terapie, e nevoie să-i cunoaștem detaliat instrumentarul, așa cum îl înțelegem astăzi. Cunoștințele privind structura sa de bază mai au încă unele lacune, dar modelul nostru s-a dezvoltat și a devenit complex în scurtul răstimp de zece ani care s-a scurs de când a fost realizată prima sa descriere.[46] La vremea respectivă, el semăna cu automobilul Duryea cu un cilindru din anul 1893, pe când acum seamănă cu un Ford Model-T avansat.

Făcând un rezumat pe baza exemplelor sumare prezentate până aici, instrumentarul constă din șapte elemente. Răsplata sau blestemul, porunca sau piedica și provocarea sau ispita controlează împreună progresul scenariului spre împlinire și, de aceea, se numesc comenzile scenariului. Toate acestea sunt întipărite prin programare, în majoritatea cazurilor înainte de vârsta de șase ani. La fel și antiscenariul sau antidotul vrăjii, dacă există. Ulterior încep să se manifeste mai pregnant sloganele sau prescripția contrascenariului, precum și modelele de comportament și instrucțiunile parentale. Demonul reprezintă cel mai vechi strat al personalității (Copilul copilului) și există dintru început.*

[46] Berne, E. *Transactional Analysis in Psychotherapy. Loc. cit.*

* Îi amintesc încă o dată cititorului că termenii Părinte, Adult și Copil, cu majusculă, denumesc stări ale Eului, în timp ce termenii părinte, adult și copil, fără majusculă, se referă la persoane.

A. Răsplata scenariului

De obicei, răsplata, așa cum apare ea în practica clinică, se poate reduce la patru alternative: fii un însingurat, fii un trântor, înnebunește sau mori. Dependența de droguri sau de alcool reprezintă calea cea mai plăcută de a împlini oricare dintre aceste variante. Copilul poate să interpreteze condamnarea în marțiană sau prin intermediul gândirii juridice, lucru care, de multe ori, îl dezavantajează. Într-un caz în care mama le-a spus tuturor copiilor ei că vor sfârși la azil, chiar așa s-a întâmplat cu toți. Fetele au ajuns în calitate de paciente, iar băieții, în calitate de psihiatri.

Violența e un tip aparte de răsplată și apare în „scenariile organice" (în original, *tissue script*). Acestea se deosebesc de toate celelalte fiindcă valuta lor constă în carne, sânge și oase omenești. Foarte probabil, copilul care a văzut, a provocat ori a suferit mutilare sau vărsare de sânge e diferit de ceilalți copii și nu mai are cum să redevină la fel ca aceștia. Dacă părinții trimit copilul în lume de la o vârstă fragedă să se descurce singur, firește că banii ajung să-l preocupe foarte mult, devenind adesea principala valută și răsplata scenariului său. Dacă-l mustră mereu și-i spun că n-are decât să crape, cuvintele pot să devină valuta scenariului. Valuta trebuie diferențiată de tema scenariului. Principalele teme ale scenariilor de viață sunt aceleași care se găsesc în basme: iubire, ură, recunoștință și răzbunare. Pentru exprimarea oricăreia dintre aceste teme se poate folosi orice valută.

Principala întrebare pe care și-o pune în această privință analistul de scenarii este: „În câte feluri poate părintele să-i spună copilului să trăiască veșnic sau să moară?" O poate spune direct: „Viață lungă!" într-un toast sau o rugăciune, ori „N-ai decât să crapi!" într-o ceartă. E greu de înțeles sau de recunoscut puterea aproape incredibilă a cuvintelor mamei asupra copilului (ori ale soției asupra soțului sau invers). Din experiența mea, un număr considerabil de internări justificate în spital au avut loc la scurt timp după ce pacientului i-a spus

o persoană iubită (sau chiar o persoană detestată) că n-are decât să crape.

În multe cazuri, există un bunic care controlează răsplățile, fie direct, fie prin intermediul părintelui. Bunica poate să-l salveze pe pacient de la condamnarea la moarte pronunțată de tată oferindu-i în schimb „statutul de membru pe viață". La fel de bine, poate să-i dea mamei un scenariu Medeea (sau „suprascenariu"), care o obligă pe aceasta să-și împingă într-un fel sau altul copiii spre moarte.

Toate acestea pătrund în Părintele băiețelului sau al fetiței și e foarte probabil să se păstreze acolo pentru tot restul vieții sale: speranța blândă că acel copil va trăi veșnic sau vocea aspră care-l îndeamnă să se îndrepte spre moarte. Uneori, condamnarea la moarte nu conține dușmănie, ci doar inutilitate sau disperare. Dar din moment ce copilul absoarbe dorințele mamei încă din clipa când se naște, de obicei ea e cea care hotărăște în numele lui. Ulterior, tatăl o susține sau o contrazice: dă un plus de greutate blestemului formulat de ea sau îl modifică.

De obicei, pacienții își amintesc reacția din copilărie la poruncile parentale privind răsplata scenariului — lucruri pe care nu le-au rostit cu voce tare.

Mama: „Ești exact la fel ca taică-tău!" (care a divorțat și trăiește singur într-o cameră închiriată). Băiatul: Foarte bine. Deștept tip, tata!

Tatăl: „Ai să ajungi ca mătușă-ta!" (sora mamei, care se află internată într-un spital de psihiatrie ori s-a sinucis). Fiica: Dacă spui tu...

Mama: „N-ai decât să crapi!" Fiica: Nu vreau, dar dacă spui tu, cred că n-am încotro.

Tatăl: „Cu firea ta agresivă, într-o zi ai să omori pe cineva." Băiatul: Păi, dacă nu se poate să fii tu acela, o să fie altcineva.

Copilul e foarte iertător și ia decizia de a urma porunca doar după zeci sau chiar sute de asemenea tranzacții. O fată dintr-o familie foarte perturbată, în care părinții nu-i acordau nici un fel de sprijin, a descris clar ziua când a luat hotărârea definitivă. Avea treisprezece ani pe atunci; frații ei au dus-o în hambar și au supus-o la tot felul de cascadorii sexuale, cărora ea li s-a supus ca să-i mulțumească. După ce au terminat, băieții au început să râdă de ea și să vorbească despre ea. Au hotărât că acum va trebui ori să devină prostituată, ori să înnebunească. În noaptea respectivă, fata s-a gândit foarte bine, iar dimineața avea hotărârea luată: va înnebuni. Chiar asta a și făcut, foarte eficient — a înnebunit și a rămas așa vreme de câțiva ani. Explicația ei a fost foarte simplă: „Nu voiam să devin prostituată."

Deși răsplata scenariului e prezentată sau hotărâtă de părinți, ea va avea efect doar dacă o acceptă copilul. Discursul lui de acceptare nu are ostentația și rafinamentul unei investiri prezidențiale pe Madison Avenue, dar îl va rosti cât de limpede îndrăznește, cel puțin o dată. „Când am să fiu mare, am să fiu ca mami" (adică se va căsători și va avea copii) sau „Când am să fiu mare, am să fac ce-a făcut tati" (adică va fi ucis în război) sau „Aș vrea să mor". Pacientul ar trebui întrebat: „Ce-ai hotărât, când erai copil, că vei face cu viața ta?" Dacă dă un răspuns convențional („Voiam să mă fac pompier"), ar trebui făcută rectificarea: „Am vrut să întreb: Cum ai hotărât că vei ajunge?" Din moment ce hotărârile legate de recompensă se iau deseori la o vârstă mai fragedă, de la care persoana nu prea are amintiri, se poate să nu reușească să dea un răspuns, dar acesta poate fi dedus din peripețiile sale ulterioare.

B. Porunca

În viața reală, poruncile nu au efect în mod miraculos, ci depind de proprietățile fiziologice ale psihicului omenesc. Nu ajunge să spui o dată „Nu mânca merele acelea!" sau „Nu deschide cutia asta!" Orice marțian știe că o poruncă dată ast-

fel e, de fapt, o provocare. Pentru ca ea să se întipărească ferm în mintea copilului, trebuie repetată frecvent, iar încălcarea ei, pedepsită, deși există cazuri excepționale, cum sunt cele ale copiilor abuzați fizic, în care o singură experiență cumplită poate întipări porunca pentru tot restul vieții.

Porunca este cel mai important element din instrumentarul scenariului și are intensitate variabilă. Astfel, poruncile pot fi clasificate la fel ca jocurile: porunci de gradul întâi, de gradul doi și de gradul trei. Fiecare tip tinde să producă un anumit fel de persoană: învingător, neînvingător sau învins. (Vom explica mai detaliat acești termeni ulterior. Neînvingătorul e cel care nici nu învinge, nici nu pierde, ci reușește să se mențină pe linia de plutire.) Poruncile de gradul întâi (acceptabile social și blânde) sunt directive cinstite, întărite prin aprobare sau descurajare. („Ai fost bun și liniștit." „Nu fi prea ambițios.") În cazul lor există totuși posibilitatea ca individul să devină învingător. Poruncile de gradul doi (voalate și dure) sunt directive necinstite, întărite indirect printr-un fel de șantaj alcătuit din zâmbete seducătoare și încruntări amenințătoare — cel mai bun mod de a crește un neînvingător („Nu-i spune lui taică-tău." „Ține-ți gura."). Cele de gradul trei (foarte dure și aspre) sunt piedici iraționale întărite prin frică. Vorbele devin țipete, expresiile faciale devin strâmbături de coșmar, iar pedeapsa fizică se transformă în răutate („Îți dau una de-ți sar dinții!"). Ele constituie una dintre cele mai sigure căi de a obține un învins.

Porunca, la fel ca recompensa, este complicată de faptul că majoritatea copiilor au doi părinți. Astfel, unul poate să spună „Nu fă pe deșteptul!", iar celălalt, „Nu fă pe prostul!" Asemenea porunci contradictorii îl pun pe copil într-o situație dificilă. Dar majoritatea oamenilor care se căsătoresc au porunci compatibile, cum ar fi „Nu fă pe deșteptul!" și „Taci din gură, că dacă nu, te bat de-ți sună apa-n cap!" — o combinație nefericită.

Piedicile sunt inculcate la o vârstă atât de fragedă, încât în ochii băiețelului sau al fetiței, părinții par niște personaje magice. În limbaj colocvial, acea parte a mamei care dă poruncile (Părintele critic sau Copilul ei) e numită „zâna-nașă", dacă e binevoitoare, sau „mama-vrăjitoare", în caz contrar. În anumite situații, cea mai potrivită etichetă pare a fi „Copilul nebun al mamei". La fel, Tatăl critic e numit „uriașul vesel", „spiridușul urât" sau „Copilul nebun al tatălui", după caz.[47]

C. Ispita

Provocarea sau seducția e cea care dă naștere la desfrânați, dependenți de substanțe, delincvenți, jucători patologici și alții cu scenarii de învinși. Pentru băiat, reprezintă scena adevărată din Odiseea, în care el e Ulise, iar mama joacă rolul sirenei care-l ademenește spre pierzanie sau al lui Circe care-l transformă în porc. Pentru fetiță, e tatăl în rolul Bătrânului pervers. Ea debutează în primii ani de viață sub forma unei invitații generale de a deveni un învins: „Ia uite-l ce neîndemânatic e, ha-ha" sau „Ia uite-o ce împiedicat merge, ha-ha!" Apoi se ajunge la dispreț sau tachinare țintită:

47 Nașa-zână și mama-vrăjitoare, figuri introiectate „de tip electrod", desprinse prin observarea tranzacțiilor și prin introspecție, vor fi ușor de recunoscut ca aliați ai obiectelor introiectate bune și rele, postulate de Melanie Klein din perspectivă psihanalitică, și ai elaborărilor făcute de Fairbairn pe baza conceptelor ei. De fapt, Fairbairn oferă una dintre cele mai bune punți euristice între analiza tranzacțională și psihanaliză.
Klein, M. *The Psychoanalysis of Children*. Hogarth Press, Londra, 1932.
Fairbairn, W.R.R. *The Object-Relations Theory of Personality*. Basic Books, New York, 1954.
Din punct de vedere literar, toate acestea sunt dezamăgitoare, intrând într-un trist conflict cu Wordsworth; de asemenea, în această lumină, versul lui Francis Thompson, „orice copil are o nașă-zână în suflet", trebuie modificat și el, pentru a include mentori mai puțin binevoitori.
Cf. Sharpe, E.F. „Francis Thompson: A Psycho-Analytical Study", în lucrarea sa *Collected Papers on Psycho-Analysis*. Hogarth Press, Londra, 1950.

„Băiatul ăsta dă mereu cu capul în toate cele, ha-ha!" sau „Fata asta își pierde mereu nădragii, ha-ha!" În adolescență se ajunge la tranzacții personale: „Ia uită-te bine la asta, drăguță!" (completată poate de o pipăire accidentală sau intenționată), „Ia de-aici și bea", „Acum e momentul", „Pune totul la bătaie, ce mai contează", fiecare replică însoțită de ha-ha-ul de rigoare.

Ispita e vocea Părintelui care-i șoptește Copilului într-un moment critic: să nu înceteze să se gândească la sex sau la bani, să nu lase o anumită purtare să scape nepedepsită. „Haide, dragă, ce-ai de pierdut?" Asta e demonul Părintelui, iar demonul Copilului reacționează. În clipa următoare, Părintele face o comutare rapidă, iar Jeder pică-n nas. „Iar ai pățit-o!" comentează vesel Părintele; Jeder răspunde „Ha-ha!", cu un zâmbet numit în limbaj colocvial „de lingău".

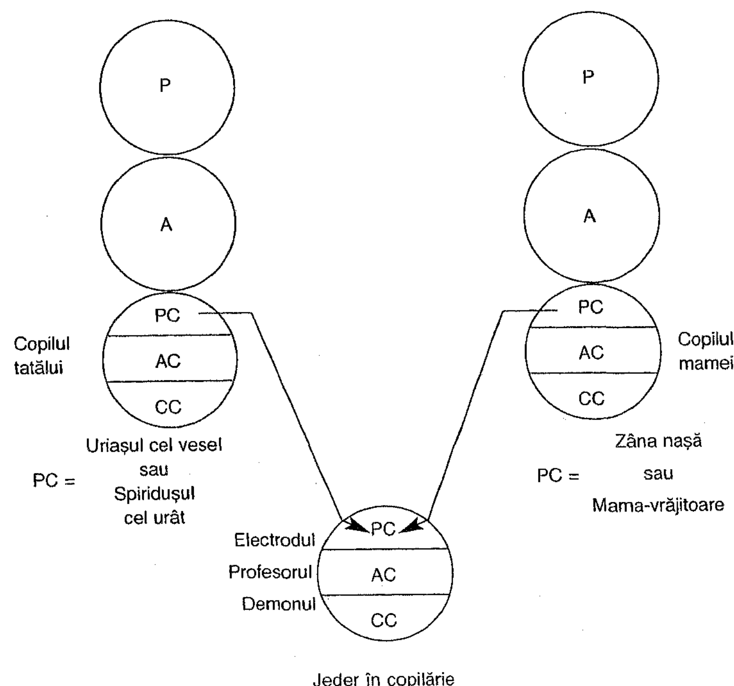
Ispita e cea care promovează fixațiile la copii și, pentru aceasta, trebuie să apară de timpuriu. Părintele ia nevoia intensă de apropiere a copilului și o transformă în nevoie intensă de altceva. Odată ce această iubire pervertită prinde rădăcini, ea devine fixație.

D. Electrodul

Ispita provine de la Copilul tatălui sau al mamei și se întipărește în Părintele copilului — PC-ul lui Jeder în figura 7. Acolo, ea acționează ca un electrod „pozitiv", declanșând o reacție automată. Când Părintele din mintea lui (PC) apasă butonul, Jeder sare și se execută, indiferent dacă restul ființei sale vrea sau nu acest lucru. Spune o tâmpenie, se poartă stângaci, mai bea un pahar sau pariază toți banii pe cursa următoare, ha-ha. Originea poruncilor nu întotdeauna e la fel de clară, dar și ele pătrund în PC, unde acționează ca un electrod „negativ". Acesta îl împiedică pe Jeder să facă anumite lucruri, cum ar fi să vorbească sau să gândească clar, ori îl descurajează dacă el se ambalează prea tare, ca de pildă în

cazul sexului sau al zâmbetului. Mulți oameni au trăit răcirea instantanee din toiul excitației sexuale și au observat zâmbetul ce apare și apoi dispare într-o clipă, de parcă în mintea celui care zâmbește a apăsat cineva un buton. Din cauza acestor efecte, PC, Părintele din Copil, e numit „electrodul".

Electrodul și-a primit numele de la un pacient pe nume Norvil, care ședea neclintit și foarte încordat pe parcursul ședințelor de grup, cât timp nu i se vorbea. Când i se adresa cuvântul, răspundea instantaneu cu o înșiruire de locuri comune precaute („Norvil a spus în sfârșit ceva, ha-ha!"), după care amuțea iarăși. În scurt timp a devenit evident că are în



Originea poruncilor scenariului și punctul lor de inserție

Figura 7

minte un Părinte Tată foarte strict, care-l controlează cu butonul de oprire „Stai potolit" și cu butonul „Vorbește", care-l activa. Norvil lucra într-un laborator experimental și era el însuși izbit de asemănarea dintre reacțiile sale și cele ale unui animal cu un electrod în creier.

Electrodul constituie provocarea decisivă pentru terapeut. Acesta, împreună cu Adultul pacientului, are misiunea de a-l neutraliza, astfel încât Copilul să poată obține permisiunea de a trăi liber și de a reacționa spontan, în ciuda programării contrare din partea părinților și a amenințărilor acestora în caz de nesupunere. E un lucru dificil chiar și în cazul comenzilor moderate, dar dacă porunca constă într-o cerință formulată de o vrăjitoare sau un uriaș cu chipul schimonosit de furie, a cărui voce sfărâmă toate mecanismele de apărare ale psihicului copilului și a cărui palmă e mereu pregătită să-i izbească obrazul, umilindu-l și terorizându-l, e nevoie de o putere terapeutică imensă.

E. Saci și alte lucruri

Când copilul e restricționat de comenzi contradictorii, se poate să existe doar o singură cale de ieșire care-i permite să se exprime autentic cât de cât, și atunci e obligat să recurgă la acel gen de activitate sau de reacție, oricât de neadecvată ar fi. Într-un astfel de caz, cei din jur văd limpede că el reacționează la ceea ce e în mintea lui, și nu la situația externă; se spune despre el că e „în sac". Dacă sacul e întărit de un anumit talent sau o anumită abilitate și printr-un ordin ce trimite la o răsplată de învingător, poate fi un sac de învingător, dar în cele mai multe cazuri, oamenii aflați în sac sunt învinși, întrucât comportamentul lor e neadaptativ. Persoana care se eliberează din sac (sau din „container", cum i se mai spune uneori) va face fără întârziere ceea ce-i dorește inima — ceea ce și-a dorit dintotdeauna cel mai mult să facă. Dacă acțiunea respectivă se întâmplă să fie adaptativă și sub controlul rațiunii Adultului, individul poate deveni învingător, dar dacă se dedă la acea activitate prea des și prea bine, va sfârși prin a fi un învins. De fapt, când persoana se eliberează din sac și face ce-i dorește inima, ordinul său privind recompensa va hotărî dacă va proceda judicios, astfel încât să devină învingător, sau va exagera și va fi un învins. Totuși, în anumite cazuri s-ar putea să reușească să lase în sac ordinul privind recompensa, alături de tot restul instrumentarului scenariului, programat de părinți, și atunci va fi cu adevărat stăpân pe sine și-și va putea hotărî destinul. Dar lui Jeder îi e greu să afle, fără evaluarea unei terțe persoane obiective, dacă e într-adevăr o persoană independentă ori eliberată sau doar un rebel furios, ba poate chiar un schizofrenic care a sărit din sac în sticlă, băgând sau nu dopul la loc în urma lui.

F. Prescripția

Părintele „spontan" al mamei și al tatălui (spre deosebire de Părintele critic) este programat biologic într-o anumită măsură și are tendința firească de a îngriji și proteja. În esență, amândoi părinții, indiferent de problemele lor lăuntrice, vor binele lui Jeder. Poate că sunt prost informați, dar ca părinți „spontani", sunt mânați de intenții bune sau cel puțin inofensivi. Îl încurajează pe Jeder în moduri care, potrivit imaginii lor despre lume și a teoriei lor despre viață, sunt menite să-i aducă bunăstare și succes. Îi transmit prescripții, de obicei preluate de la bunici, care sunt întruchiparea conservatorismului pământean: „Muncește pe brânci!" „Fii fată cuminte!" „Strânge ban lângă ban!" și „Fii totdeauna punctual!" sunt exemple frecvent întâlnite în rândul clasei de mijloc. Dar fiecare familie are și specialitatea ei; câteva exemple: „Să nu mănânci carbohidrați!" „Să nu te așezi niciodată pe colacul unei toalete publice!" „Ia în fiecare zi un laxativ!" sau „O să ți

se topească măduva spinării de la masturbare!"[48] Una dintre cele mai bune e „Niciodată să nu mizezi când ai lipsă la mijloc"*, din cauză că seamănă cu o zicală Zen: folosită atât în sensul simbolic, cât și în cel propriu, devine o bună expresie marțiană și se poate dovedi utilă în momente neașteptate.

Din moment ce prescripția vine de la Părintele grijuliu, iar comenzile, de la un Părinte critic sau un Copil nebun, există loc din belșug pentru contradicții. Acestea sunt de două tipuri: interne și externe. Contradicția internă provine de la două stări ale Eului diferite ale aceluiași părinte. Părintele tatălui spune „Strânge ban lângă ban", iar Copilul său spune: „Mizează totul pe ultima cursă." Când un părinte spune „Strânge ban lângă ban", iar celălalt e cel care poruncește să-i irosească pe toți jucând, avem o contradicție externă.

Comenzile scenariului sunt introduse și-și fac efectul foarte de timpuriu, pe când sloganurile contrascenariului capătă semnificație mai târziu. Jeder pricepe interdicția „Nupunemâna!" la vârsta de doi ani, dar înțelege preceptul „Strânge ban lângă ban" abia la când ajunge adolescent și are nevoie de bani ca să-și cumpere tot felul de lucruri. Astfel, comenzile scenariului său sunt date de o mamă care, în ochii lui de copil, pare un personaj magic și au forța și persistența blestemului unei vrăjitoare; prescripția i-o dă o femeie casnică binevoitoare și muncitoare și, în consecință, are doar caracter orientativ.

E o competiție inegală, în care comenzile câștigă cu siguranță în cazul unui conflict direct, cu excepția situației în care poate fi introdus în ecuație un alt element, cum ar fi terapeutul. O dificultate suplimentară constă în aceea că scenariul arată lucrurile așa cum sunt ele: oamenii chiar se poartă neîndemânatic, lucru pe care copilul îl știe bine; pe de altă parte, contrascenariul e de obicei convențional din punctul de vedere al experienței sale: se poate să fi văzut sau să nu fi văzut o persoană găsindu-și fericirea prin muncă pe brânci, cumințenie, spirit econom sau prin punctualitate, evitarea carbohidraților, a toaletelor publice, administrarea de laxative și abținerea de la masturbare.

[48] Cf. Berne, E. „The Problem of Masturbation". *Diseases of the Nervous System*, 10: 3-7, 1944.

* Referire la încercarea de a obține, într-o partidă de pocher, o chintă când jucătorului îi lipsește o carte la mijloc (*N.t.*).

Alternarea între scenariu și contrascenariu explică un lucru care-i nedumerește deseori pe pacienți când terapeutul le spune că încurcătura din mintea lor a început în copilăria mică. „Și atunci cum se face că pe parcursul liceului am fost normal?" întreabă ei. Răspunsul e că pe perioada liceului urmau contrascenariul, iar pe urmă s-a întâmplat ceva care a provocat o „răbufnire a scenariului". E un răspuns de tipul „cel puțin": nu rezolvă problema, dar cel puțin arată unde trebuie căutată soluția.

Încercarea de a împlini în același timp un scenariu nefericit și un contrascenariu binevoitor poate determina comportamente ciudate, ca în cazul fetei căreia Părintele furios al tatălui îi spunea deseori „N-ai decât să crapi!", în timp ce Părintele anxios al mamei îi spunea mereu să poarte galoși, ca să nu se ude la picioare. Așa că atunci când s-a aruncat de pe pod, purta galoșii în picioare. (A supraviețuit.)

Contrascenariul stabilește stilul de viață al persoanei, iar scenariul îi controlează destinul. Când cele două se armonizează între ele, pot trece neobservate în paginile interioare ale ziarelor, însă dacă se află în conflict, pot să aducă surprize și să apară în titlurile de pe prima pagină. Astfel, „Diaconul sârguincios" poate ajunge „Președintele consiliului se pensionează după treizeci de ani" sau „Președintele consiliului, condamnat la închisoare pentru delapidare", iar „Femeia casnică devotată" devine „Mama anului sărbătorește nunta de aur" sau „Mama anului sare de pe acoperișul clădirii". De fapt, se pare că în lume există două feluri de oameni: adevărați și de plastic, cum spuneau hipioții. Oamenii adevărați decid singuri, pe când oamenii de plastic sunt conduși de plăcinta cu răvașe.

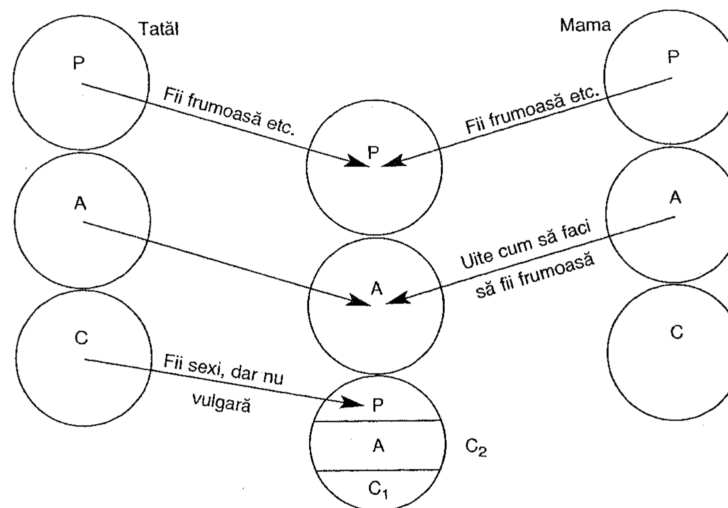
„Teoria plăcintei cu răvașe" asupra existenței umane spune că fiecare copil are dreptul să ia două felii din plăcinta

familiei: una cu margini drepte și una cu margini zdrențuite. Cea cu margini drepte e un slogan, cum ar fi „Muncește pe brânci!" sau „Nu abandona!", pe când cea cu margini zdrențuite e o provocare malițioasă conformă cu scenariul, cum ar fi „Uită să-ți faci tema", „Poartă-te neîndemânatic" sau „N-ai decât să crapi". Dacă nu le aruncă, în jurul acestor două „răvașe" îi sunt hotărâte stilul de viață și destinul.

G. Modele parentale

Ca să obții o doamnă, începi cu bunica; și ca să obții o schizofrenică începi tot cu bunica. Zoe (așa îi vom spune surorii lui Jeder) poate deveni o doamnă numai dacă mama sa o învață ceea ce trebuie să știe. Fata trebuie să învețe de foarte timpuriu, prin imitație, cum să zâmbească, să meargă și să șadă, iar mai târziu, prin instruire verbală, cum să se îmbrace, cum să se facă plăcută oamenilor din jur și cum să spună „Nu" cu eleganță. E posibil ca și tatăl să aibă ceva de zis în privința acestor lucruri, dar manevrarea tatălui constituie de asemenea un subiect al instruirii feminine. Tatăl poate să impună comenzile, dar mama e cea care dă modelul și instrucțiunile Adulte pentru îndeplinirea lor. Figura 8 prezintă matricea scenariului unei fete frumoase pe nume Zoe. Dacă Zoe devine doamnă de carieră sau, în cele din urmă, se revoltă împotriva sistemului și a restricțiilor acestuia depinde în egală măsură de ceea ce cere scenariul ei și de propria-i hotărâre. Poate are voie să facă sex și să bea cu moderație, dar dacă devine dintr-o dată mai activă, înseamnă că s-a eliberat de scenariu sau urmează pur și simplu provocarea la revoltă? În primul caz, tatăl va spune (cum s-ar exprima marțienii): „Nu, nu, nu atât de neîngrijită!", iar în al doilea (în sinea lui, tainic): „Acum arată că are viață-n ea, ha-ha! Fetița mea n-are nimic demodat!"

Pe de altă parte, dacă mama lui Zoe nu șade corect, nu se îmbracă corect și-și manifestă feminitatea cu stângăcie, e



O doamnă frumoasă

Figura 8

foarte probabil ca Zoe să-i semene. Asta se întâmplă adesea în cazul fetelor cu mame schizoide și, de asemenea, al fetelor a căror mamă a murit când ele erau foarte mici, așa că n-au avut ce model să urmeze. O pacientă cu schizofrenie paranoidă a cărei mamă murise când ea avea patru ani spunea: „Dimineața, la trezire, nici măcar nu mă pot hotărî ce să pun pe mine."

În cazul unui băiat, scenariul și modelul e mai probabil să-i influențeze alegerea carierei profesionale. Mic fiind, Jeder ar putea spune: „Când am să cresc, vreau să fiu avocat (polițist, hoț), ca tata." Dar nu se întâmplă mereu așa. Totul depinde de programarea din partea mamei, prin care aceasta spune: „Implică-te (nu te implica) într-o activitate cu riscuri din belșug și cât se poate de palpitantă, la fel ca (spre deosebire de) tatăl tău." Aceste comenzi, la fel ca toate comenzile scenariului, se referă nu atât la alegerea unei anumite profesii, ci la tipuri speciale de tranzacții (în cazul de față, cinstite

sau corupte, riscante sau sigure etc.).[49] Dar indiferent dacă ele sunt pro sau contra, tatăl e cel care oferă modelul.

Jeder poate da impresia că acționează împotriva dorințelor mamei sale când adoptă ocupația tatălui. Asta ar putea fi cu adevărat o sfidare sau un contrascenariu. Pe de altă parte, există trei mame: Părinte, Adult și Copil. Poate că Jeder acționează contrar dorințelor exprimate ale Părintelui sau Adultului mamei, supunându-se veseliei nerostite, dar evidente a Copilului ei. Comenzile încep să funcționeze când băiețelul observă atenția captivată și zâmbetul fascinat al mamei în timp ce ascultă cum tatăl își povestește ultima pățanie. Același lucru se întâmplă în ceea ce privește comenzile date de tată lui Zoe. Părintele sau Adultul lui o avertizează mereu să nu cumva să rămână însărcinată, dar ar putea să manifeste un interes și o plăcere copilărești când una dintre colegele ei de clasă pățește acest lucru. Asta e o provocare la care fata e foarte probabil să răspundă, mai ales dacă mama i-a oferit modelul, Zoe însăși fiind concepută în afara căsătoriei.

Uneori, matricea este inversată, dar în cele mai multe cazuri, comenzile vin de la părintele de sex opus, iar modelul, de la părintele de același sex. În orice caz, modelul reprezintă etalarea finală, calea finală comună pentru toate directivele scenariului.

H. Demonul

Demonul e măscărici în existența umană și joker în psihoterapie. Indiferent cât de bine își construiește Jeder planurile, demonul poate să intervină în momentul critic și să le dea peste cap, de obicei cu un zâmbet și un ha-ha. Și indiferent cât de bine își planifică terapeutul psihoterapia, pacientul are întotdeauna cărți mai bune. În clipa când terapeutul crede că are patru ași, Jeder dă jokerul și demonul lui ia potul. Apoi pleacă vesel, lăsându-l pe doctor să frunzărească pachetul de cărți, încercând să priceapă ce s-a întâmplat.

Chiar dacă e pregătit pentru o asemenea întâmplare, nu poate face prea mare lucru. Poate doctorul știe dinainte că exact când Jeder ajunge în vârful dealului cu bolovanul pe care-l împinge, demonul îi va distrage atenția și bolovanul se va rostogoli iarăși până jos. Poate există și alți oameni care știu acest lucru, dar demonul acționează deja și are grijă ca Jeder să nu se apropie de vreo persoană care ar putea să se amestece. Așa că pacientul începe să lipsească de la ședințe sau se distanțează, iar dacă face cineva presiuni asupra lui, renunță pur și simplu. E posibil să se întoarcă după ce s-a săturat să facă pe Sisif, mai trist, dar nu cu mult mai înțelept și nici măcar conștient de propria-i veselie.

Demonul apare pentru prima oară când Jeder șade la masă pe scaunul lui înalt de copil și împrăștie mâncarea pe podea cu o privire voioasă, așteptând să vadă ce vor face părinții săi. Dacă ei se împrietenesc cu demonul, acesta va trece ulterior la alte năzbâtii și, poate, la umor și glume. Dacă-l obligă prin bătaie să se retragă, se va ascunde și va pândi ostil de undeva, din fundal, gata să țâșnească într-un moment de neatenție al lui Jeder și să-i trimită viața la podea, așa cum făcea la început cu mâncarea.

I. Permisiunea

De obicei, îndemnurile negative sunt rostite tare și răspicat și întărite cu forță, pe când cele pozitive cad adesea precum picăturile de ploaie în râul vieții, fără să facă zgomot, ci doar cercuri mici. Îndemnul „Muncește pe brânci!" se găsește

[49] Cf. Berne, E. „Concerning the Nature of Diagnosis". *International Record of Medicine* 165: 283-292, 1952. Diferența între tipurile de tranzacții în care se angajează mecanicii și cele în care se angajează fermierii se vede pe chipul lor. Din moment ce se poate presupune că și unii, și ceilalți s-au născut cu același set de mușchi faciali deserviți de aceiași nervi, diferențele trebuie să se datoreze unui fel de „electrod" din sistemul lor nervos central. În primul caz, electrodul spune „Fii alert!", iar în al doilea, „Așteaptă să vezi", iar aceste sloganuri descriu tipurile de tranzacții în care se angajează unii și ceilalți.

în manuale, însă acasă e mult mai probabil să se facă auzit sub forma „Nu mai lenevi!". „Fii mereu punctual" e un motto instructiv, dar în viața reală se aude mult mai des „Nu întârzia!", iar „Nu fi prost!" are mult mai multă popularitate decât „Fii deștept!".

Astfel, programarea se dovedește a fi preponderent negativă. Orice părinte împuie capul copiilor săi cu astfel de restricții. Dar le dă și permisiuni. Interdicțiile împiedică adaptarea la circumstanțe (sunt neadaptative), pe când permisiunile fac posibilă alegerea liberă. Permisiunile nu-i dau copilului bătaie de cap, din moment ce nu există nimic obligatoriu în ele. Adevăratele permisiuni sunt simple autorizații, cum e cea de pescar. Băiatul cu autorizație de pescar nu e obligat să pescuiască. Poate să-și folosească autorizația sau nu, după voie, și merge la pescuit când are chef și când îi permit circumstanțele.

Ar mai trebui spus încă o dată că a fi frumoasă ține nu de anatomie, ci de permisiunea parentală (la fel și a avea succes). În virtutea anatomiei, fata e drăguță sau fotogenică, dar numai zâmbetul tatălui poate face frumusețea să strălucească în ochii unei femei. Faptele copiilor sunt *dedicate* cuiva. Băiatul e inteligent sau sportiv ori plin de succes *pentru* mamă, iar fata e inteligentă, frumoasă ori fertilă *pentru* tată. Sau, pe de altă parte, băiatul e prost, slab sau neîndemânatic pentru părinții săi, iar fata e proastă, urâtă sau frigidă pentru părinții ei, dacă asta vor aceștia. Ar mai trebui adăugat că un copil trebuie să învețe *de la* cineva cum să facă un lucru, dacă e să-l facă bine. A face un lucru pentru cineva și a învăța de la cineva constituie adevărata semnificație a instrumentarului scenariului de viață. După cum am arătat deja, de obicei copilul face un lucru sau altul *pentru* părintele de sex opus și învață *de la* părintele de același sex.

Permisiunile reprezintă principalul instrument terapeutic al analistului de scenarii, fiindcă ele îi oferă celui din afară singura ocazie de a-l elibera pe pacient de blestemele cu care l-au împovărat părinții săi. Terapeutul îi dă Copilului pacientului permisiuni spunând fie „Ai voie să faci asta", fie „Nu trebuie s-o faci". În ambele cazuri, îi cere Adultului: „Lasă-l în pace!" Așadar, există permisiuni pozitive și negative. Într-o permisiune pozitivă sau autorizație, „Lasă-l în pace!" înseamnă „Lasă-l s-o facă!", ceea ce înlătură porunca. Într-o permisiune negativă sau eliberare externă, înseamnă „Nu-l mai presa să facă asta!", ceea ce înlătură provocarea. Unele permisiuni pot fi privite în ambele feluri, mai ales în cazul antiscenariilor. Astfel, când Prințul a sărutat-o pe Frumoasa din Pădurea adormită, i-a dăruit acceptul de a se trezi și totodată eliberarea de sub blestemul vrăjitoarei.

Una dintre cele mai importante permisiuni este autorizația de a nu se mai purta prostește și de a începe să gândească. Mulți pacienți de vârstă înaintată n-au mai avut din copilăria mică vreun gând independent și aproape au uitat cum e să gândești, ba chiar și ce înseamnă a gândi. Însă cu permisiunea acordată la momentul potrivit, reușesc să depășească situația cu bine și sunt mai mult decât încântați când rostesc cu voce tare, la șaizeci și cinci sau șaptezeci de ani, ceea ce poate fi prima observație inteligentă din viața lor adultă. Deseori e nevoie să se anuleze munca terapeuților dinainte pentru a-i da unui pacient permisiunea să gândească. Unii pacienți au petrecut ani de zile în spitale sau clinici psihiatrice, unde cea mai mică încercare de-a lor de a gândi independent s-a lovit de împotrivirea puternică a personalului. Acolo au fost învățați că a gândi înseamnă de fapt a comite păcatul numit „intelectualizare", pe care trebuie să-l mărturisească fără întârziere, promițând că nu-l mai vor făptui niciodată.

Multe adicții și obsesii se bazează pe ispite parentale. „Nu te opri din consumul de droguri (căci s-ar putea să nu mai vii acasă să ceri bani)", spune mama dependentului de heroină. „Nu înceta să te gândești la sex", spune părintele depravatului sau al nimfomanei. Întreaga concepție despre permisiune ca instrument terapeutic a pornit de la un jucător patologic, care a afirmat: „N-am nevoie să-mi spună cineva să nu mai

joc, ci am nevoie să-mi *permită* cineva să mă opresc, fiindcă în mintea mea, cineva spune că nu am voie."

Așadar, permisiunea îi dă voie lui Jeder să fie flexibil, în loc să reacționeze cu modele de comportament împietrite, determinate de sloganuri și comenzi. Asta nu are nimic de a face cu „creșterea permisivă a copilului", din moment ce și aceea e plină de imperative. Persoana căreia i s-a acordat o permisiune e la fel de ușor de identificat ca și cea legată fedeleș. „Tipul ăsta, de bună seamă, are voie să gândească", „Femeia asta, de bună seamă, are voie să fie frumoasă" și „Oamenii ăștia, de bună seamă, au voie să se simtă bine" sunt expresii marțiene ale admirației.

(Una dintre granițele analizei scenariilor vizează analizarea mai în profunzime a permisiunilor, în principal prin observarea mișcărilor oculare la copii foarte mici. Astfel, în anumite situații, copilul se uită într-o parte, la părinți, ca să vadă dacă „are voie" să facă un lucru; în alte cazuri, pare a avea „libertatea" de a-și urma propriile tendințe, fără a-i consulta. Astfel de observații, evaluate atent, pot conduce la o distincție semnificativă între „permisiune" și „libertate".)

J. Eliberarea internă

Antidotul vrăjii sau eliberarea internă este elementul care înlătură porunca și eliberează persoana de scenariul ei de viață, astfel încât să-și poată îndeplini aspirațiile proprii. E un „mecanism de autodistrugere" prestabilit, în anumite scenarii foarte vizibil, în altele fiind nevoie să fie depistat sau decodificat, cam în stilul prorocirilor Oracolului din Delfi, care avea același rol în Grecia antică. Din perspectivă clinică nu se știu prea multe despre el, deoarece oamenii vin la terapie tocmai fiindcă nu reușesc să-l găsească singuri; dar terapeutul nu așteaptă să apară și nici nu-l probează. Spre exemplu, într-un scenariu „În așteptarea *rigor mortis*" sau „Frumoasa din Pădurea adormită", pacienta nutrește convingerea că va scăpa de frigiditate când îl va întâlni pe Prințul cu Merele de aur și, foarte probabil, va crede că l-a găsit în persoana terapeutului. Însă acesta refuză onoarea ce i se face, în principal din motive etice, dar și pentru că atunci când terapeutul ei dinainte (neautorizat) a acceptat rolul, Merele sale de aur s-au transformat în cenușă.

Uneori, antidotul vrăjii e pur și simplu ironic — situație frecvent întâlnită în scenariul învinșilor: „Va fi mai bine după ce vei muri."

Eliberarea internă poate fi condiționată de un eveniment sau de un reper temporal. „Când vei cunoaște un prinț", „După ce mori în luptă" sau „După ce ai trei copii" sunt scenarii centrate pe eveniment. „După ce treci de vârsta la care a murit tatăl tău" sau „După ce se împlinesc treizeci de ani de când lucrezi la firmă" sunt scenarii centrate pe un reper temporal.

Iată un exemplu de producere a eliberării interne în practica clinică.

Chuck

Chuck era medic generalist într-o zonă izolată din Munții Stâncoși. Kilometri întregi de jur-împrejur nu mai exista alt medic. Muncea zi și noapte, dar oricât de mult ar fi trudit, nu câștiga niciodată suficient ca să-și întrețină familia numeroasă și avea mereu datorii la bancă. O lungă perioadă de timp a dat anunțuri în revistele medicale căutând un partener care să-l mai despovăreze, dar insista că n-a apărut nici un candidat potrivit. Își desfășura activitatea pe câmpuri, în case și spitale, iar uneori la poala câte unei stânci. Avea resurse extrem de bogate, însă era aproape epuizat — nu chiar de tot. A venit la terapie împreună cu soția lui fiindcă aveau probleme în căsnicie, iar el începea să sufere de hipertensiune.

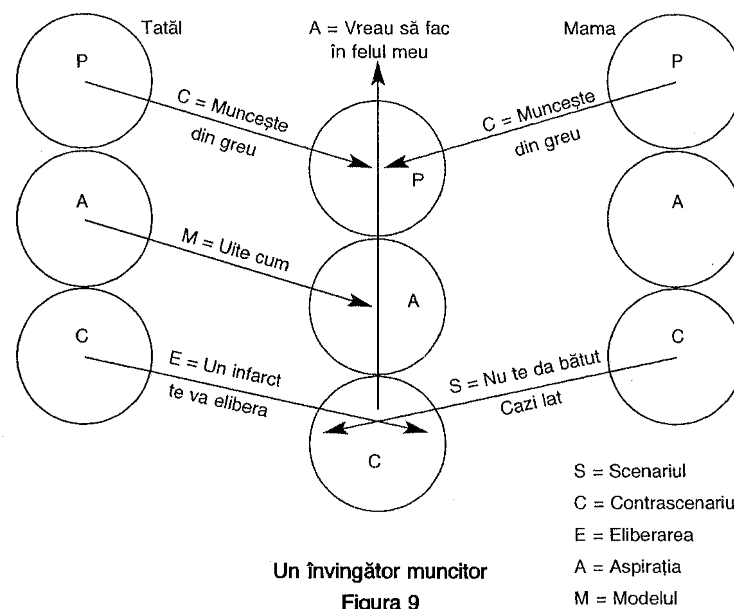
În cele din urmă, a găsit la distanță nu prea mare un spital universitar ce oferea burse câtorva medici generaliști care doreau să se specializeze. De astă dată a găsit pe cineva care să-i ia locul ca medic de țară. A renunțat la activitatea sa complexă, profitabilă și a constatat că are suficiente rezerve ca să-și țină familia pe linia de plutire câtă vreme și-a făcut rezidențiatul în chirurgie, cu un salariu mic.

„Mi-am dorit dintotdeauna să fac asta, spunea el. Dar am crezut că o să scap de Părintele-Tată, care mă împingea de la spate, doar după ce am să fac un infarct. Numai că n-am făcut infarct, și mă simt fericit cum n-am fost niciodată în viața mea."

E evident că în cazul lui, infarctul juca rolul de antidot al vrăjii, și credea că numai așa va putea să se elibereze. Dar cu ajutorul grupului, a reușit să scape de scenariul său sănătos tun.

Chuck ilustrează într-o manieră simplă și directă acțiunea întregului instrumentar al scenariului, după cum arată „matricea scenariului" din figura 9. Contrascenariul său a provenit de la ambii părinți: „Muncește pe brânci." Tatăl i-a transmis modelul medicului muncitor. Porunca mamei era: „Să nu te dai bătut niciodată. Muncește până cazi lat." Dar tatăl i-a dat antidotul vrăjii: „Poți să te relaxezi dacă faci infarct, ha-ha!" În cazul lui, terapia a acționat pătrunzând în acea parte a creierului sau a minții lui unde aceste voci își trimiteau directivele. Pe urmă, porunca a fost înlăturată acordându-i-se permisiunea: „Poți să te relaxezi fără să faci un infarct." Când această permisiune și-a croit drum prin toate carapacele și mecanismele ce protejau instrumentarul scenariului, blestemul a fost anihilat.

Trebuie remarcat că era inutil să i se spună „Dacă mai continui așa, o să faci infarct". (1) Era foarte conștient de această primejdie, și a i se vorbi încă o dată despre ea nu servea decât la a-l face și mai nefericit, fiindcă (2) voia infarctul, care l-ar fi eliberat într-un fel sau altul. Îi trebuia nu o amenințare și nici un ordin (avea deja destule ordine în



Un învingător muncitor
Figura 9

minte), ci autorizația care să-l elibereze de acele ordine, și tocmai asta a primit. Atunci a încetat să mai fie victima scenariului și a devenit propriul său stăpân, putând să acționeze după placul inimii. A continuat să muncească pe rupte și să urmeze modelul medical al tatălui său, dar n-a mai fost împins de scenariu să exagereze cu munca și nici împins de scenariu spre moarte. Astfel, la vârsta de cincizeci de ani, a devenit liber să-și împlinească aspirațiile proprii, autonome.

K. Componentele scenariului de viață

Componentele scenariului sunt acele piese elementare care alcătuiesc instrumentarul scenariului, un set „de asamblat acasă" furnizată în parte de părinți și în parte chiar de copil.

Clementine

Clementine era deprimată de o poveste de dragoste nefericită. Se temea să fie sinceră cu iubitul ei, fiindcă astfel ar fi putut să-l piardă. Pe de altă parte, se temea că-l va pierde dacă nu va fi sinceră. La drept vorbind, n-avea nici un secret sinistru, ci doar nu voia ca el să afle cât de pasională e ea în realitate. Conflictul o făcea uneori să fie frigidă, alteori să intre în panică. De câte ori vorbea despre asta, se simțea atât de confuză, că se lua cu mâinile de cap.

Ce-ar avea de zis părinții ei pe tema asta? Păi tatăl ar spune: „Ia-o ușurel, nu-ți pierde capul." Iar mama? „Tipul profită de tine. Nu te atașa prea mult de el. Mai devreme sau mai târziu o să plece. Nu ești suficient de bună pentru el. El nu-i suficient de bun pentru tine." În continuare, Clementine a povestit o aventură.

Când avea vreo cinci ani, un unchi adolescent a devenit amoros față de ea și a făcut-o și pe ea să se simtă sexi. Într-o zi, când făcea baie, tatăl ei i-a spus cât de frumușică e. În casă erau niște musafiri, iar el a ridicat-o în brațe, dezbrăcată, s-o vadă și aceștia. Printre oaspeți se număra și unchiul cel sexi. Care au fost reacțiile ei? „Vreau să mă ascund! Vreau să mă ascund!" „Dumnezeule, au să afle ce am făcut!" Ce a simțit față de tatăl tău pentru fapta asta? „Aș fi vrut să-i trag un șut în penis. Știam cum arată un penis, văzusem erecțiile unchiului meu." A fost vreun ha-ha în toată povestea? „Da, undeva în adâncuri era. Aveam un secret. Și, mai rău decât toate, știam că, dincolo de toate celelate simțăminte, îmi place."

Din aceste reacții, Clementine și-a construit un scenariu care presupunea să aibă povești de dragoste pasionale și apoi să fie părăsită. Însă pe lângă toate astea, își dorea să se mărite, să rămână măritată și să aibă copii.

1. De la tatăl ei existau două sloganuri de contrascenariu: „Ia-o cu binișorul!" și „Nu-ți pierde capul." Ele se potriveau cu aspirațiile Clementinei de a se căsători și a avea o familie.

2. Din partea mamei existau cinci porunci, toate combinându-se în formula „Nu te atașa de nimeni".

3. Exista o puternică ispită de a fi pasională și sexi, provenită de la unchi, întărită de provocarea nudității instigată de tată.

4. Ispitele și provocările din partea demonilor Parentali i-au întărit propriul demon pe tot parcursul vieții.

5. Exista sugestia puternică a unei eliberări prestabilite: cunoscutul Prinț cu Merele de aur, diferit de tatăl ei — asta, dacă îl va putea găsi.

Interesant e că toate aceste lucruri au ieșit la iveală într-o singură ședință. După cum a remarcat cineva din grup, Clementine părea bucuroasă să le arate tuturor.

L. Aspirații și conversații

Prins în plasa instrumentarului scenariului său de viață, Jeder are totodată și propriile aspirații autonome. De obicei, acestea îi apar în reveriile din clipele de răgaz sau în halucinațiile hipnagogice, de dinainte să adoarmă: faptele de curaj pe care ar fi trebuit să le facă în dimineața aceea sau scenele pașnice pe care își dorește să le trăiască peste câțiva ani. Orice om are grădina lui secretă, ale cărei porți le păzește împotriva intruziunii brutale a vulgului. Ea cuprinde imagini vizuale ale lucrurilor pe care le-ar face dacă ar putea să procedeze după placul inimii. Norocoșii găsesc momentul, locul și persoana potrivite și chiar fac acele lucruri, pe când ceilalți sunt obligați să rătăcească, măcinați de dor, dincolo de propriile ziduri. Tocmai ăsta e subiectul cărții de față: ce se întâmplă în afara acelor ziduri, tranzacțiile exterioare ce pârjolesc florile dinăuntrul zidurilor sau, dimpotrivă, le alină setea.

Ceea ce-și doresc oamenii să facă apare în imagini vizuale, în filmele de amatori pe care le înjghebează în capul lor. Ceea ce *fac* propriu-zis e stabilit de voci, de răpăiala dialogului

lăuntric. Fiecare frază pe care o rostesc și fiecare decizie conformă cu scenariul constituie rezultatul unui astfel de dialog: Mama, Tatăl, Adultul spun cu toții „Ai face bine să...", iar Copilul, astfel înconjurat de ei, încearcă să iasă de sub asediu și să obțină ce vrea. Nimeni n-are cum să cunoască imensa, uimitoarea, aproape infinita cantitate de dialog pe care el a depozitat-o în tainițele obscure ale minții sale. Există acolo răspunsuri complete la întrebări la care nici măcar n-a visat vreodată. Dar uneori, dacă se apasă pe butonul potrivit, totul se revarsă de-a dreptul poetic.

Cuprinde-ți arătătorul mâinii drepte în mâna stângă. Ce spune mâna, degetului și ce are de spus degetul? Dacă procedezi corect, ai să constați în scurt timp că între mână și deget se desfășoară o conversație însuflețită, cu sens. Partea uimitoare constă în aceea că ea exista dintotdeauna, la fel ca alte sute de dialoguri. Dacă ești răcit și cu burta deranjată, ce-i spune nasului înfundat abdomenul tău care chiorăie? Dacă șezi pe scaun și-ți legeni piciorul, ce are să-ți spună azi piciorul? Întreabă-l și-ți va răspunde. Dialogul e acolo, există în mintea ta. Toate acestea au fost descoperite sau cel puțin scoase complet la lumină de F.S. Perls[50], inițiatorul gestalt-terapiei. În manieră asemănătoare, toate hotărârile tale sunt luate de cei patru-cinci oameni din mintea ta; poți să le ignori vocile dacă ești prea mândru ca să le auzi, dar ele vor fi prezente data viitoare, dacă vei dori să le asculți. Analiștii de scenarii învață să identifice și să amplifice aceste voci, în asta constând o parte importantă a terapiei desfășurate de ei.[51]

Scopul analizei scenariului constă în a-i elibera pe Jeder și Zoe, astfel încât aceștia să poată deschide spre lume poarta grădinii aspirațiilor lor. Asta se întâmplă când tumultul de Turn Babel din mintea lor amuțește, iar Copilul poate spune:

[50] Perls, F.S. *Gestalt Therapy Verbatim* (coord. J.O. Stevens). Real People Press, Lafayette, California, 1969

[51] Cf. Shapiro, S.B. „Transactional Aspects of Ego Therapy". *American Journal of Psychology*, 56: 479-498, 1953.

„Dar eu, uite, asta vreau să fac și prefer s-o fac așa cum îmi place mie."

M. Învingătorii

Și învingătorii sunt programați. În cazul lor, în locul unui blestem există o binecuvântare: „Viață lungă!" sau „Să devii un om mare!" Porunca e adaptativă, nu restrictivă: „Nu fi egoist!", iar ispita e „Bravo!" Chiar dacă dispune de comenzi atât de binevoitoare și de atâtea permisiuni, învingătorului tot îi mai rămâne să se lupte cu demonul său, care pândește în cotloanele întunecoase ale părții primitive a psihismului său. Dacă demonul îi e prieten, nu dușman, are succesul asigurat.

N. Toți oamenii au un scenariu de viață?

În prezent nu se poate răspunde cu certitudine la întrebarea asta, dar e sigur că încă din primii ani de viață, toți oamenii sunt programați într-o anumită măsură. După cum spuneam anterior, unii pot să-și capete autonomia ca urmare a unor circumstanțe externe drastice, alții prin reorganizare internă, iar alții prin aplicarea antiscenariului. Elementul-cheie îl reprezintă permisiunile. Cu cât Jeder are mai multe permisiuni, cu atât e mai puțin legat de scenariul său. Pe de altă parte, cu cât au fost mai sever întărite comenzile scenariului, cu atât e mai legat de el. Foarte probabil, specia umană luată per ansamblu formează o curbă. La un capăt se află oamenii care au devenit autonomi pe o cale sau alta, iar la celălalt capăt, cei legați de scenariu, majoritatea aflându-se la mijloc, perspectiva sau condițiile lor de viață fiind supuse schimbării. Cei legați de scenariu se împart în două categorii. Există oameni conduși de scenariu, care au numeroase permisiuni, dar pentru a se putea bucura de ele trebuie să îndeplinească

mai întâi cerințele scenariului. Un exemplu este persoana care muncește din greu, dar în timpul liber poate să se destindă și să se simtă bine. Există de asemenea oameni dominați de scenariu: cei cu puține permisiuni și care trebuie să consume cât mai mult timp cu putință îndeplinindu-și scenariul, cu orice preț. Un exemplu tipic este cel al băutorului înveterat sau al dependentului de droguri, care trebuie să se îndrepte spre deznodământul sumbru al vieții sale cât mai repede cu putință. Cei dominați de scenariu sunt victimele scenariilor tragice sau „hamartice". Pe de altă parte, nu prea există oameni care să nu fi auzit la un moment dat în mintea lor vocea demonului, îndemnându-i să cumpere când de fapt ar fi trebuit să vândă, să rămână când ar fi trebuit să plece sau să vorbească deschis când ar fi trebuit să tacă.[52]

O. Contrascenariul

Există însă oameni care se revoltă împotriva scenariului lor, făcând în aparență opusul a ceea ce „ar trebui" să facă. Exemple frecvent întâlnite sunt adolescentul „rebel" și femeia care spune „Ultimul lucru pe care-l vreau e să fiu ca mama". Asemenea cazuri trebuie evaluate cu foarte mare atenție, întrucât există mai multe posibilități. (1) Se poate ca persoana să fi trăit conform contrascenariului, iar aparenta revoltă să

52 Desigur, porunca are același efect și aceeași origine ca Supraeul din psihanaliză, iar sloganul contrascenariului ține și el de aceeași instanță. Demonul este totuna cu Se-ul așa cum a fost el conceput inițial. Situația pare să stea cam așa: demonul însuși, impulsul, este un „impuls al Se-ului". Dar fenomenologic, demonul este perceput ca o voce vie. E vocea părintelui real (sau, mai exact, vocea demonului părintelui), implantată în mintea copilului. Ea vorbește în numele Se-ului părintelui și totodată în numele Se-ului copilului care încă nu se poate exprima verbal.
În ce privește „Copilul nebun al mamei", vezi Denenberg și Whimby, „Behavior of Adult Rats is Modified by the Experiences Their Mothers Had as Infants". *Loc. cit.*

fie o simplă „răbufnire a scenariului". (2) Invers, se poate să fi trăit conform scenariului și să fi recurs apoi la contrascenariu. (3) E posibil să fi găsit antidotul blestemului și să se fi eliberat de scenariu. (4) Se poate să aibă directive de scenariu diferite de la cei doi părinți sau de la două perechi de părinți și să treacă de la un set la celălalt. (5) E posibil pur și simplu să urmeze o directivă de scenariu specială, care-i cere să se revolte. (6) Persoana poate fi „învinsă de scenariu": a renunțat, deznădăjduită, să mai îndeplinească directivele scenariului și a depus pur și simplu armele. În asta constă cauza multor depresii și decompensări schizofrenice. (7) Pe de altă parte, se poate ca persoana să se fi eliberat și să fi „ieșit din scenariu" prin eforturi proprii sau cu ajutorul psihoterapiei. (8) Dar această variantă trebuie diferențiată cu grijă de „intrarea într-un antiscenariu". Numeroasele alternative arată o dată în plus cât de meticulos trebuie să fie analistul de scenarii pentru ca el (și pacientul său) să înțeleagă corect cauza anumitor schimbări de comportament.

Antiscenariul seamănă bine cu ceea ce Erikson numește „dispersia identității"[53]. Dacă am compara scenariul cu o cartelă de computer, antiscenariul se obține întorcând cartela invers. Analogia e foarte aproximativă, dar ilustrativă. Când mama spune „Nu bea", Jeder bea. Când ea spune „Fă duș în fiecare zi", el nu se spală. Când ea spune „Nu gândi", el gândește, iar când ea spune „Învață pe brânci", el se lasă de școală. Pe scurt, Jeder sfidează cu meticulozitate. Dar, din moment ce trebuie să-și consulte programul ca să știe exact când și cum să sfideze, faptul că sfidează fiecare instrucțiune îi vădește programarea tot atât de cert ca și dacă le-ar respecta pe toate. Așadar, când „libertatea" înseamnă de fapt sfidare, ea e doar o iluzie. Chiar dacă inversează programul, Jeder tot programat rămâne. O astfel de inversare — cartela e întoarsă pe dos în loc să fie făcută bucăți — se numește antiscenariu, iar antiscenariile constituie un teren fertil pentru studii ulterioare.

53 Erikson, E. *Identity and the Life Cycle*, *Loc. cit.*

P. Rezumat

Instrumentarul scenariului unui învins constă, pe de o parte, în porunci, provocări și un blestem. Acestea sunt comenzile scenariului, fiind ferm implantate în primii șase ani de viață. Pentru a combate programarea, are la dispoziție demonul lăuntric și uneori deține și o eliberare internă. Ulterior ajunge să înțeleagă sloganuri, ceea ce-i oferă un contrascenariu. Pe tot parcursul timpului învață modele de comportament, care deservesc atât scenariul, cât și contrascenariul. Învingătorul are același instrumentar, dar programarea e mai adaptativă și, de obicei, el dispune de mai multă autonomie, fiindcă i s-au acordat mai multe permisiuni. Dar demonul există mereu, în toate ființele umane, menit să le aducă pe neașteptate plăcere sau suferință.

Ar trebui remarcat că, în contextul scenariului, comenzile reprezintă parametri sau restricții, cu singurul efect de a limita ceea ce poate face Jeder, în timp ce modelele de comportament pe care le învață de la părinți, inclusiv jocurile acestora, îi spun concret cum își poate structura timpul. Așadar, scenariul constituie un plan de viață complet, oferind atât restricții, cât și structuri.

Capitolul 8
COPILĂRIA TÂRZIE

A. Intrigi și eroi

Copilăria târzie, între șase și zece ani, se numește în psihanaliză *perioada de latență*. E o fază „locomotorie"[54], în care copilul se deplasează prin jurul casei, să vadă ce găsește. Până aici și-a format doar o idee sumară, un protocol, cu privire la felul cum își va asambla laolaltă componentele scenariului, în așa fel încât să devină o persoană cu un scop în viață. E pregătit să treacă de la animalele care mănâncă oameni sau se comportă omenește la oamenii propriu-ziși.

Copilul care, la început, își dorește să trăiască veșnic sau să iubească de-a pururi poate fi determinat să se răzgândească pe parcursul a cinci-șase ani[55] și să ia hotărârea — foarte adecvată din perspectiva experienței sale limitate — de a muri tânăr ori de a nu mai risca vreodată să iubească. Sau ar putea învăța de la părinți că viața și iubirea merită trăite, în ciuda tuturor riscurilor pe care le presupun. Odată decizia luată, copilul știe cine este și începe să caute în lumea din afară, având în minte întrebarea: „Ce se poate întâmpla cu oamenii ca mine?" Știe în ce constă recompensa, dar nu-i

---

54 Erikson, E. *Childhood and Society*, *Loc. cit.*, p. 81

55 Reperele temporale oferite aici, până la vârsta pubertății, se bazează în principal pe amintirile pacienților adulți și pe declarațiile părinților cu privire la copiii lor, confirmate prin lectură, și doar într-o măsură mai mică pe observarea directă a copiilor. Psihiatrii pediatri, educatoarele și învățătorii, cum ar fi cei care au participat la Seminariile de Analiză Tranzacțională din San Francisco, le-au considerat în general acceptabile.

cunoaşte cu adevărat semnificaţia, nici cum îl va face să se simtă şi nici cum să ajungă la ea. Trebuie să găsească o intrigă sau o matrice în care să se potrivească toate componentele scenariului său, precum şi un erou care să-i arate calea. Tânjeşte, de asemenea, să găsească eroi cu componente asemănătoare, dar care au urmat căi diferite, mai fericite poate, sperând să găsească o cale de ieşire — sau de intrare.

Matricea şi eroul le găseşte în basmele pe care le citeşte în cărţi sau care-i sunt citite ori povestite de o persoană de încredere: mama, bunica, alţi copii de pe stradă sau poate o educatoare bine îndoctrinată, la grădiniţă. Istorisirea basmelor este ea însăşi o poveste, mai adevărată şi mai fascinantă decât basmul în sine. Ce se întâmplă, de pildă, între Jeder şi mama lui din momentul când ea îi spune „După ce te speli pe dinţi, îţi citesc o poveste" şi până-n momentul când îi zâmbeşte, îl anunţă „Gata!" şi-i potriveşte plapuma? Care e ultima lui întrebare şi cum îi potriveşte mama plapuma? Aceste momente contribuie la închegarea substanţei planului său de viaţă, în timp ce basmele ascultate sau citite îi conferă scheletul. La sfârşit, în ceea ce priveşte scheletul, obţine: (a) un erou — cineva cu care şi-ar dori să semene; (b) un personaj negativ — cineva cu care îşi găseşte scuze să semene; (c) un tip — ceea ce ştie că trebuie să fie; (d) o intrigă — o matrice de întâmplări care-i permite să comute de la un rol la celălalt; (e) o distribuţie — celelalte persoane care vor motiva comutările, şi (f) un cod etic — setul de standarde etice care-i vor servi drept justificare când se va simţi furios, îndurerat, vinovat, îndreptăţit sau triumfător. Dacă întâmplările exterioare o permit, cursul vieţii sale va fi acelaşi ca planul de viaţă pe care-l alcătuieşte pornind de la schelet sau matrice. De aceea, e important de ştiut care era povestirea sau basmul preferat al persoanei în copilărie, din moment ce în asta va consta intriga scenariului ei de viaţă, cu toate iluziile intangibile şi tragediile inevitabile pe care le conţine.

B. Concesiunea

În această perioadă, Jeder mai hotărăşte şi ce fel de simţăminte se va strădui să trăiască. De-a lungul timpului a făcut experimente în această privinţă, a avut ocazia să se simtă furios, îndurerat, vinovat, speriat, inadecvat, îndreptăţit şi triumfător, şi a descoperit că familia lui tratează o parte din aceste simţăminte cu indiferenţă sau chiar cu dezaprobare făţişă, în timp ce unul este acceptabil şi dă rezultate. Tocmai acel sentiment devine „concesiunea"* lui. Trăirea afectivă preferată devine un fel de reflex condiţionat, care poate să persiste toată viaţa individului.

Pentru a clarifica acest aspect putem folosi teoria roţii de ruletă privind afectivitatea. Să presupunem că există un cartier cu 36 de locuinţe construite în cerc, în jurul unei pieţe centrale, şi un bebeluş care aşteaptă să se nască — în locul unde aşteaptă bebeluşii să se nască. Marele Computer care se ocupă de aceste chestiuni învârte roata, iar bila cade în căsuţa 17. Atunci Marele Computer anunţă: „Următorul copil va merge în casa 17." Mai învârte roata de cinci ori, ieşind numerele 23, 11, 26, 35 şi 31, astfel că următorii cinci nou-născuţi ajung fiecare în casa cu numărul respectiv. Zece ani mai târziu, fiecare copil ştie deja cum trebuie să reacţioneze. Cel din casa 17 a învăţat: „În familia asta, când apar probleme, ne înfuriem." Cel din casa 23 a învăţat: „În familia asta, când apar probleme, ne simţim îndureraţi." Copiii din casele 11, 26 şi respectiv 35 au învăţat că, atunci când apar probleme, membrii familiei lor se simt vinovaţi, speriaţi sau inadecvaţi. Copilul de la 31 învaţă: „În familia asta, când apar probleme, aflăm ce se poate face pentru a rezolva lucrurile." Ar trebui să fie evident că numerele 17, 23, 11, 26 şi 35 e probabil să

* Am folosit termenul în accepţiunea sa economico-juridică, de drept de exploatare a unui bun obştesc; autorul foloseşte termenul *racket*, al cărui prim sens argotic este de afacere ilegală, de tip mafiot, dar şi cel de concesiune (*N.t.*).

producă învinși, iar 31 e foarte probabil să producă un învingător.

Să presupunem însă că, atunci când Marele Computer a învârtit roata, au ieșit alte numere sau aceleași numere, dar într-o altă ordine. Poate Copilul A a mers în casa 11, nu în casa 17, și a învățat să cultive vinovăția în locul furiei, iar Copilul B, din casa 23, a făcut schimb de locuri cu copilul F, de la 31; în acest caz, Copilul B n-ar mai fi fost un învins și copilul F n-ar mai fi fost învingător, ci lucrurile ar fi stat invers.

Altfel spus, lăsând la o parte influența îndoielnică a genelor, simțămintele preferate se învață de la părinți. Poate că, dacă s-ar fi născut într-o altă casă, pacientul al cărui sentiment preferat e vinovăția ar fi ales în schimb furia. Și totuși, fiecare își va apăra trăirea afectivă favorită, afirmând că e cea firească sau chiar inevitabilă într-o situație dată. Ăsta e unul dintre motivele terapiei în grup. Dacă acei șase copii s-ar afla, douăzeci de ani mai târziu, într-un grup de terapie, iar Copilul A ar relata un incident, încheindu-și spusele cu afirmația „Firește că m-am simțit furios!", Copilul B ar spune „Eu m-aș fi simțit îndurerat", Copilul C: „Eu m-aș fi simțit vinovat", „Copilul D: „Eu m-aș fi simțit speriat", Copilul E: „Eu m-aș fi simțit neadecvat", iar copilul F (care, probabil, a devenit între timp terapeut): „Eu aș fi aflat ce se poate face pentru a rezolva lucrurile." Care dintre copii are dreptate? Fiecare e convins că reacția sa e cea „firească". Adevărul e că, la drept vorbind, nici una dintre ele nu e „firească", în sensul de „naturală": toate au fost învățate sau mai degrabă alese în copilăria mică.

Într-o formulare mai simplă, aproape toate simțămintele de furie, durere, vinovăție, frică și neadecvare sunt „concesiuni" și în orice grup bine condus se vede cu ușurință că prea puține astfel de reacții sunt într-adevăr adecvate. Așadar, îndeletnicirea e o trăire afectivă, selectată din întreaga gamă posibilă, pe care persoana și-o alege drept recompensă în jocurile pe care le joacă. Membrii grupului ajung în scurt timp să-l identifice și pot să anticipeze când un anumit

pacient va obține un cupon de furie, când altul va căpăta un cupon de durere și așa mai departe. Scopul colecționării acestor cupoane constă în a primi, în schimbul lor, recompensa scenariului.

Fiecare membru al grupului e scandalizat de ideea că sentimentul său preferat nu e reacția firească, universală și inevitabilă la situațiile cu care se confruntă. Oamenii care au concesiune asupra furiei, în mod special, se înfurie foarte tare când li se pun la îndoială simțămintele, iar cei care au concesiune asupra durerii se simt îndurerați.

C. Cupoanele

„Cupoanele" psihologice se numesc așa fiindcă sunt folosite în aceeași manieră ca micile tichete albastre, verzi sau albastre pe care le primesc clienții, ca bonus, când cumpără produse alimentare sau benzină. Iată în continuare câteva observații privind cupoanele comerciale:

1. Ele se obțin de obicei ca bonus în urma unor tranzacții comerciale legitime — adică persoana trebuie să cumpere ceva ca să obțină cupoane.

2. Majoritatea oamenilor care le adună au o culoare preferată. Dacă li se oferă cupoane de altă culoare, nici nu se obosesc să le ia sau, dacă le primesc, le dau altcuiva. Însă există oameni care adună orice fel de cupoane.

3. Unii oameni le lipesc în „album" în fiecare zi, alții le lipesc la intervale regulate, alții le lasă să zacă la întâmplare până într-o zi când se plictisesc și, cum n-au altceva mai bun de făcut, le lipesc pe toate odată. Unii le ignoră până când au nevoie de un obiect sau produs anume, și atunci le numără, în speranța că au adunat destule ca să-l poată obține gratis de la magazinul specializat în astfel de schimburi.

4. Există oameni cărora le place să discute despre cupoane, să-și răsfoiască albumele împreună, să se laude cu numă-

rul de cupoane adunate sau să argumenteze care culoare oferă produse mai bune sau avantaje mai mari.

5. Unii oameni adună doar câteva și le schimbă pe obiecte mărunte, alții adună mai multe și obțin bunuri mai consistente, în timp ce alții se dedică acumulării cât mai multor cupoane, în schimbul cărora să obțină unul dintre „premiile" cu adevărat mari.

6. Unii știu că, la drept vorbind, cupoanele nu sunt „gratis", întrucât prețul lor se adaugă la cel al cumpărăturilor; alții nici măcar nu stau să se gândească la asta, iar alții știu, dar se prefac că nu știu, pentru că le place să le colecționeze și totodată să aibă iluzia că primesc ceva pe degeaba. (În unele cazuri, prețul cupoanelor nu se adaugă la cel al cumpărăturilor; în astfel de situații, magazinul trebuie să suporte costurile, pe socoteala sa. Dar în principiu, clientul este cel care plătește cupoanele.)

7. Unii oameni preferă să-și facă târguielile cotidiene la magazine „cinstite", unde plătesc doar produsele cumpărate; cu banii pe care-i economisesc astfel pot să-și cumpere apoi ce bunuri vor, de unde vor și când vor.

8. Cei cu adevărat dornici să obțină lucruri „pe gratis" pot să cumpere cupoane contrafăcute.

9. De obicei, persoanei care colecționează la modul serios cupoane îi vine greu să se despartă de ele. Ar putea să le pună într-un sertar și să uite de ele o vreme, dar dacă obține pe neașteptate o grămadă de cupoane într-o tranzacție specială, le va scoate și pe celelalte din sertar, ca să le numere și să vadă la ce-i pot folosi.

Cupoanele psihologice sunt valuta „concesiunilor" tranzacționale. Cât Jeder e mic, părinții îl învață cum să se simtă în situațiile dificile: cel mai adesea furios, îndurerat, vinovat, speriat sau neadecvat, dar uneori prost, nedumerit, surprins, îndreptățit sau triumfător. Aceste trăiri afective se transformă în concesiune când Jeder învață să le exploateze și joacă jocuri ca să adune cât mai multe „cupoane" de culoarea preferată, în parte pentru că, de-a lungul timpului, simțământul lui favorit s-a sexualizat sau a ajuns să înlocuiască trăirile sexuale. În această categorie intră de multe ori, spre exemplu, furia adulților, care reprezintă de obicei recompensa jocului „Acum te-am prins, ticălosule!" Plin de furie reprimată, Copilul pacientului așteaptă până când cineva face un lucru care-i oferă justificarea pentru a și-o exprima. Justificarea înseamnă că Adultul, în acord cu Copilul, îi spune Părintelui: „Nimeni n-are de ce să mă învinuiască dacă mă înfurii în asemenea condiții." Eliberat astfel de sub cenzura Părintelui, se întoarce spre contravenient și-i spune de-a dreptul: „Ha! Nimeni nu mă poate învinovăți, așa că acuma te-am prins!" etc. În limbaj tranzacțional, se spune că persoana în cauză se înfurie „pe gratis" — adică fără să simtă vinovăție. Uneori lucrurile se desfășoară altfel: Părintele îi spune Copilului: „Doar n-ai să-l lași să scape nepedepsit!", iar Adultul se coalizează cu Părintele: „Oricine s-ar înfuria în asemenea condiții." Copilul poate să se supună bucuros acestor îndemnuri sau, pe de altă parte, poate avea tot atât de puțin chef de război ca Tăurașul Ferdinand, dar e obligat să intre în conflict.

Cupoanele psihologice urmează același tipar ca și cele comerciale.[56]

1. De obicei se obțin ca produs secundar al tranzacțiilor legitime. Certurile între soți, spre exemplu, încep de obicei din cauza unei probleme reale, care reprezintă „cumpărăturile". În timp ce Adultul își vede de treburi, Copilul așteaptă cu nerăbdare să culeagă bonusurile.

2. Indivizii care colecționează cupoane psihologice au „culoarea" lor preferată și se poate ca, dacă li se oferă alte culori, să nu-și bată capul să le accepte. Persoana care colecționează furii va lăsa vinovățiile și fricile să-i treacă prin față sau să fie luate de altcineva. De fapt, într-un joc marital structurat sănă-

[56] Paralela dintre cupoanele psihologice și cele comerciale este cu adevărat uluitoare. Vezi Fox, H.W. *The Economics of Trading Stamps*. Public Affairs Press, Washington, D.C., 1968. Aproape toate observațiile privind colecționarii de cupoane comerciale se aplică la fel de bine celor care fac tranzacții cu cupoane psihologice.

tos, unul dintre soți va prelua toate furiile, iar celălalt, toate vinovățiile și neadecvările, astfel încât amândoi „câștigă" și-și măresc colecția. Există însă indivizi care adună orice fel de cupoane: acei oameni flămânzi afectiv, care joacă „Sera", etalând bucuroși orice fel de trăire afectivă ar apărea. Psihologii sunt deosebit de predispuși să culeagă de pe trotuar simțăminte aduse de vânt, iar dacă fac terapie de grup, să-și încurajeze pacienții să procedeze în același fel.

3. Unii oameni își trec în revistă suferințele și furiile în fiecare seară, înainte de a adormi; alții o fac mai puțin frecvent, iar alții, doar dacă se plictisesc și n-au nimic mai bun de făcut. Unii așteaptă până când au nevoie de o justificare de proporții și atunci își fac totalul suferințelor și furiilor, în speranța că au adunat destule ca să-și poată permite o răbufnire de furie, o bosumflare „gratis" sau altă demonstrație afectivă spectaculoasă. Unii preferă să le adune, alții, să le cheltuiască.

4. Oamenilor le place să-și arate unii altora colecțiile de simțăminte și să comenteze cine are furii, dureri, vinovății, frici etc. mai multe sau mai bune. De fapt, multe baruri devin săli de expoziție unde oamenii pot merge să se laude cu cupoanele lor. „Tu crezi că *nevastă-ta* e nerezonabilă?! Păi stai să-ți spun eu..." sau „Înțeleg ce vrei să spui. Eu mă simt îndurerat (speriat) chiar din mai puțin. Ieri..." sau: „Rușinat (vinovat, neadecvat)? Pe mine era să mă înghită pământul!"

5. „Magazinul" unde sunt primite la schimb cupoanele are aceeași gamă de premii ca și centrele de cupoane comerciale: premii mici, mai mari și cele cu adevărat importante. În schimbul a unu-două „albume", persoana poate primi un premiu mic, cum ar fi o beție sau o fantasmă sexuală gratis („justificate"); în schimbul a zece „albume", poate primi un suicid de jucărie (nereușit) sau un adulter, iar pentru o sută de „albume" poate obține unul dintre premiile serioase: o demisie gratis (divorț, renunțarea la terapie, demisia de la serviciu), o ședere gratis în spitalul de psihiatrie (numită în limbaj colocvial „nebunie gratis"), o sinucidere gratis sau o omucidere gratis.

6. Unii oameni află că, la drept vorbind, cupoanele psihologice nu sunt gratuite și că trăirile afective colecționate trebuie plătite cu singurătate, insomnii, hipertensiune sau probleme gastrice, așa că renunță să le mai adune. Alții nu învață niciodată acest lucru. Unii îl cunosc, dar continuă să joace jocuri și să colecționeze recompense, fiindcă altfel existența lor ar fi mult prea ștearsă; din moment ce simt că felul lor de viață e puțin justificat, trebuie să se mulțumească cu a aduna justificări mici, care să le procure mici răbufniri de vitalitate.

7. Unii oameni preferă să vorbească cinstit în loc să joace jocuri; asta înseamnă că nu se poartă provocator cu scopul de a obține cupoane și refuză să răspundă la comportamentele provocatoare contrafăcute ale celorlalți. Cu energia economisită astfel, când cunosc persoana potrivită, la momentul potrivit și în locul potrivit, sunt pregătiți să-și exprime simțămintele într-o manieră mai autentică. (În anumite cazuri, individul adună cupoane psihologice fără nici un efort și altcineva plătește prețul. Astfel, un infractor se poate bucura de toate plăcerile oferite de jefuirea unei bănci, fără să regrete și fără să fie prins; se pare că unii escroci profesioniști și maeștri ai cărților măsluite pot trăi foarte fericiți în felul ăsta, dacă nu devin prea lacomi și nu împing lucrurile prea departe. Unor adolescenți le place să-i descurajeze pe cei vârstnici fără să simtă câtuși de puține remușcări sau alte efecte negative. Dar în principiu, persoana care adună cupoane trebuie, de obicei, să le plătească mai devreme sau mai târziu.)

8. Unii oameni, îndeosebi paranoicii, colecționează cupoane „contrafăcute". Dacă nu-i provoacă nimeni, își închipuie provocări. În acest caz, dacă sunt nerăbdători, pot să obțină o sinucidere gratis sau o omucidere gratis fără a trebui să aștepte ca desfășurarea firească a evenimentelor să le ofere suficiente iritări pentru o izbucnire legitimă. Din acest punct de vedere, există două tipuri de paranoici: Copilul paranoic colecționează nedreptăți contrafăcute și spune „Vezi ce mi-au făcut!", pe când Părintele paranoic colecționează drepturi contrafăcute și spune „N-au voie să-mi facă una ca asta!" De

fapt, în rândul paranoicilor există și „amplificatori", dar și adevărați falsificatori. Cei cu manii culeg de ici, de colo cupoane mici și le amplifică valoarea cât de mult pot, ca să obțină rapid un deznodământ de proporții. Cei cu voci halucinatorii pot să confecționeze cupoane la infinit, direct din capul lor.[57]

9. Unui pacient îi e la fel de greu să renunțe la colecția sa de cupoane psihologice câștigate cu trudă de-a lungul întregii sale vieți cum i-ar fi unei gospodine să le ardă pe cele comerciale. Acest lucru reprezintă un factor ce împiedică însănătoșirea, din moment ce, pentru a se vindeca, pacientul trebuie nu doar să înceteze să mai joace compulsiv jocuri, ci și să renunțe la plăcerea de a folosi cupoanele pe care le-a adunat până atunci. „Iertarea" nedreptăților suferite nu ajunge: ele trebuie să devină complet irelevante pentru desfășurarea ulterioară a vieții sale, dacă persoana renunță cu adevărat la scenariu. În experiența mea, „iertarea" înseamnă punerea cupoanelor la păstrare, într-un sertar, și nu descotorosirea definitivă de ele; ele rămân în sertar cât timp lucrurile merg bine, dar dacă apare o nouă ofensă, vor fi scoase și adăugate la noua recompensă pentru a calcula valoarea premiului. Astfel, alcoolicul care-și „iartă" soția nu se va mulțumi cu o beție moderată dacă ea greșește din nou, ci ar putea să pună la bătaie toate cupoanele pe care le-a obținut din greșelile sau insultele ei pe întreg parcursul căsniciei și să facă o beție colosală, încheiată poate prin delirium tremens.

Până aici n-am spus nimic despre trăirile afective „pozitive", cum ar fi virtutea, triumful și bucuria. Cupoanele de virtute sunt făcute din aurul proștilor și nu vor fi acceptate ca valută nicăieri, cu excepția paradisului proștilor. Cupoanele de triumf strălucesc, dar oamenii cu bun-gust nu le adună,

[57] Dr. Robert Zechnich (*Transactional Analysis Bulletin* 7:44, Aprilie 1968) a făcut pentru prima oară observația incitantă cum că există paranoici Copil și paranoici Părinte, iar dr. Stephen Karpman a arătat că în timp ce halucinațiile sunt cu adevărat contrafăcute, maniile nu sunt pe de-a-ntregul.

fiindcă sunt doar poleială. Pot fi însă date la schimb pe o sărbătorire gratis, așa că pot fi folosite în mod util pentru a distra un număr mare de oameni. Bucuria, la fel ca disperarea, e un sentiment autentic și nu reprezintă răsplata unui joc; așadar, putem vorbi despre bucurie de aur, așa cum vorbim și despre disperare neagră.

Ideea importantă din punct de vedere clinic în privința simțămintelor „pozitive" constă în aceea că oamenii care adună cupoane „maro", simțămintele „negative" sau „relele afective" despre care am discutat mai sus, ezită deseori să accepte cupoanele „aurii" care le sunt oferite sub forma complimentelor sau a „mângâierilor". Se simt foarte confortabil cu simțămintele familiare, negative, vechi, dar pe cele pozitive nu știu unde să le pună, așa că le refuză sau le ignoră, prefăcându-se că n-au auzit. La drept vorbind, un colecționar zelos de cupoane „maro" poate să transforme chiar și cele mai sincere complimente în insulte mascate, așa că în loc să le irosească, respingându-le sau refuzând să le audă, le transformă în cupoane maro contrafăcute. Exemplul cel mai des întâlnit: „Vai, ce bine arăți azi!" provoacă replica: „Știam eu că nu ți-a plăcut cum arătam săptămâna trecută!" Un altul: „O, ce rochie frumoasă!" „Aha, deci nu ți-a plăcut cea pe care o purtam ieri!" Cu puțin exercițiu, oricine poate învăța să transforme complimentele în insulte și, mânjind nițel cu fecale un cupon auriu agreabil, să-i dea înfățișarea unuia maro, neplăcut.

Anecdota ce urmează ilustrează cât de ușor îi este unui marțian să înțeleagă conceptul de cupon psihologic. În ziua când a aflat pentru prima oară de acest concept la ședința grupului de terapie, o femeie s-a întors acasă și i l-a explicat băiatului ei, în vârstă de doisprezece ani. Acesta i-a spus: „Bine, mamă, mă întorc imediat." A venit înapoi cu un sul mic de timbre de hârtie și un caiet cu paginile împărțite în pătrate. Pe prima pagină scrisese: „Când pagina asta va fi plină cu timbre, vei avea dreptul la o suferință gratis." Înțelesese perfect. Dacă oamenii nu te provoacă, nu te insultă, nu te

ademenesc sau nu te sperie de bună voie, tu începi un joc ca să-i determini s-o facă. În felul ăsta obții o furie, durere, vinovăție sau spaimă gratis, iar după ce aduni câteva, capeți o suferință gratis.

Mai există încă o asemănare între cupoanele psihologice și cele comerciale. Și unele, și celelalte își pierd valoarea odată folosite, dar oamenilor tot le place să vorbească nostalgic despre cele pe care le-au dat la schimb. Expresia-cheie în această privință este „a ține minte". În conversațiile obișnuite, oamenii reali spun: „Ți-aduci aminte când...", în timp ce „Mai ții minte..." se folosește de obicei cu referire la cupoanele folosite și anulate cu multă vreme în urmă. „Ți-aduci aminte ce bine ne-am distrat la Yosemite?" înseamnă rememorare, pe când: „Ții minte ce s-a întâmplat la Yosemite? Mai întâi ai îndoit bara de protecție, plus că ai uitat să... și pe urmă, din câte țin eu minte, tu... și în plus..." etc. reprezintă un reproș expirat, care nu mai poate oferi o furie justificată. În exercitarea profesiei lor, avocații folosesc de obicei expresia „a ține minte" și nu „a-și aminti" când scot la iveală cupoanele deseori decolorate, uneori contrafăcute ale reclamantului, ca să le arate judecătorului sau juraților. Avocații sunt, la drept vorbind, filateliști, buni cunoscători ai cupoanelor psihologice: pot să treacă în revistă o colecție, fie ea mare sau mică, și să-i estimeze valoarea curentă de piață la marele magazin de ispășiri de la tribunal.

Soții necinstiți se pot escroca reciproc făcând uz de cupoane contrafăcute sau folosite. Astfel, Francisco a descoperit că Angela, soția lui, avea o aventură cu patronul ei și chiar a salvat-o când acesta a amenințat-o cu violența. După o scenă furtunoasă, ea i-a mulțumit, iar el a iertat-o. Dar pe urmă, ori de câte ori se îmbăta — ceea ce se întâmpla des —, Francisco redeschidea subiectul și urma o nouă scenă. În limbajul cupoanelor, în prima scenă, el a obținut o furie justificată, ea i-a mulțumit sincer, iar el a iertat-o cu generozitate. Asta a fost o rezolvare decentă a situației și toate cupoanele au fost anulate.

Dar, așa cum observam anterior, în practică, „a ierta" înseamnă a pune cupoanele în sertar până când e nevoie din nou de ele, chiar dacă au fost deja folosite într-o tranzacție. În cazul nostru, Francisco scotea la iveală vechile cupoane anulate în fiecare sâmbătă seara și i le flutura Angelei sub nas. Ea, în loc să-i atragă atenția că le-a folosit deja, lăsa capul în jos, îi permitea soțului ei să obțină o nouă furie gratis și-l păcălea oferindu-i, la rândul ei, niște cupoane contrafăcute de mulțumire. Prima oară când i-a mulțumit, i-a dat cupoane adevărate de recunoștință de aur, dar după aceea, mulțumirile ei erau obosite și false, „aurul proștilor" sau pirită feroasă, pe care el, în neghiobia băuturii, le prețuia ca și cum ar fi fost autentice. Când Francisco era treaz, amândoi puteau să fie cinstiți și să considere că au încheiat capitolul, dar când el bea, deveneau amândoi necinstiți unul cu altul. El o șantaja cu repuneri în scenă false, iar ea îi plătea cu aceeași monedă.

Așadar, analogia între cupoanele comerciale și cele psihologice e aproape perfectă. Fiecare individ tinde să folosească în același fel ambele categorii, în funcție de felul cum a fost crescut. Unii oameni sunt învățați să facă schimbul și pe urmă să nu se mai uite în urmă. Alții sunt învățați să le adune și să le savureze; își colecționează cupoanele de hârtie și jubilează privind cum se acumulează tot mai multe, anticipând ziua când vor putea să le dea la schimb pentru un premiu mare; în același fel procedează cu furiile, durerile, fricile și vinovățiile, pe care le țin închise în ei până când au destul pentru o recompensă cu adevărat mare. Iar alții au permisiunea de a înșela și fac acest lucru cu o ingeniozitate considerabilă.

Cupoanele psihologice există ca amintiri afective, care probabil iau forma unor tipare moleculare în permanentă stare de agitație sau a unor potențiale electrice care se deplasează în cerc, la nesfârșit; ele se epuizează complet numai după ce are loc descărcarea, sub o formă sau alta, a energiei acumulate. Viteza cu care se descompun aceste configurații sau potențiale este probabil stabilită în parte genetic și în

parte prin „condiționarea timpurie", care, din punctul nostru de vedere, intră în categoria programării parentale. În orice caz, dacă individul scoate la iveală în repetate rânduri aceleași cupoane vechi, ca să le arate publicului său, acestea ajung să arate din ce în ce mai uzate și mai obosite — și la fel ajunge să arate și publicul.

D. Iluziile

Iluziile din copilărie au în principal de a face cu recompensele pentru buna purtare și cu pedepsele pentru proasta purtare. Buna purtare înseamnă în principal lipsa manifestărilor de furie („Toane, toane!") și a celor sexi („Obrăznicie, obrăznicie!"); în schimb teama și rușinea sunt acceptate. Asta înseamnă că Jeder nu trebuie să-și exprime nici „instinctul de autoconservare", a cărui exprimare poate aduce mari satisfacții, nici „instinctul pentru conservarea speciei", a cărui exprimare poate fi foarte plăcută chiar și la o vârstă fragedă; în schimb, are voie să aibă oricât de multe simțăminte nesatisfăcătoare, neplăcute dorește.

Există numeroase sisteme care elaborează reguli oficiale privind recompensele și pedepsele. Pe lângă sistemele juridice, care se găsesc pretutindeni, mai sunt cele religioase și cele ideologice. Jumătate din populația lumii e alcătuită din „credincioși adevărați" (cam un miliard de creștini și jumătate de miliard de musulmani), pentru care sunt mai importante regulile privind viața de apoi. Jumătatea „păgână" e judecată pe parcursul șederii pe pământ de zeii locali sau de guvernul național. Însă pentru analistul de scenarii, codurile cele mai importante sunt acelea neoficiale, ascunse, specifice fiecărei familii.

Pentru copiii mici există de obicei un Moș Crăciun care-i observă comportamentul și ține socoteala faptelor bune sau rele. Dar el e pentru „copiii mici", iar „copiii mari" nu cred în Moș Crăciun, cel puțin nu în acela care apare într-o anumită zi a anului sub forma unui bărbat deghizat. De fapt, a nu mai crede în acel fel de Moș Crăciun este tocmai elementul care-i separă pe copiii mari de cei mici, alături de cunoștințele despre cum se fac copiii. Dar copiii mari, ba chiar și adulții, au propria variantă de Moș Crăciun — altfel pentru fiecare. Pe unii adulți îi interesează mai mult familia Moșului decât Moșul însuși și cred cu convingere că, dacă se poartă cum trebuie, mai devreme sau mai târziu vor avea șansa de a-l cunoaște pe fiul lui, Făt-Frumos, pe fiica lui, Snegurocika, Crăiasa Zăpezii, sau chiar pe soția lui, Doamna Menopauză. De fapt, majoritatea oamenilor își petrec viața așteptându-l pe Moș Crăciun sau pe un membru al familiei acestuia.

Și pe urmă mai există și opusul lui din subteran. Dacă Moș Crăciun e un om vesel, îmbrăcat în costum roșu, care vine de la Polul Nord aducând daruri, opusul lui e un om mohorât, cu mantie neagră, care vine de la Polul Sud cu o coasă și care se numește Moartea. Astfel, specia umană se desparte în copilăria târzie în două părți: Grupul Vieții, care-și va petrece existența așteptându-l pe Moș Crăciun, și Grupul Morții, care-și va petrece existența așteptând Moartea. Acestea sunt iluziile fundamentale pe care se bazează toate scenariile: fie că, în cele din urmă, Moș Crăciun va veni cu daruri pentru învingători, fie că, în cele din urmă, Moartea va veni și va rezolva toate problemele învinșilor. Așadar, prima întrebare ce trebuie pusă cu privire la iluzii este: „Pe cine aștepți, pe Moș Crăciun sau Moartea?"

Dar pe parcurs, înainte de Darul Suprem (nemurirea) sau de Soluția Finală (moartea), există și altele lucruri. Moșul poate dărui un bilet câștigător de loterie, o pensie pe viață sau tinerețe prelungită. Moartea poate dărui o dizabilitate permanentă, dispariția dorinței sexuale sau îmbătrânirea prematură, fiecare dintre acestea eliberând persoana de povara anumitor îndatoriri. Spre exemplu, femeile din Grupul Morții sunt convinse că menopauza va însemna alinare și un sfârșit, că dorințele sexuale vor dispărea complet, fiind înlocuite de

bufeuri și de melancolia care le va scuti pentru totdeauna să trăiască. În limbajul analizei scenariilor, acest mit trist al salvării de către Doamna Menopauză se numește „Ovare de lemn". Există și bărbați care se reped la soluția asta, cu ajutorul „Testiculelor de lemn" — mitul menopauzei masculine.

Toate scenariile se bazează pe o astfel de iluzie, iar analiza scenariilor are sarcina extrem de grea, dar necesară de a o demonta — de aici, titlurile directe, care realizează acest lucru cel mai rapid și cu cea mai scurtă suferință. Importanța tranzacțională a iluziei constă în faptul că ea îi oferă individului o cauză, precum și un motiv de a colecționa cupoane. Astfel, oamenii care-l așteaptă pe Moș Crăciun vor aduna fie complimente, ca să arate cât de bine s-au purtat, fie „chinuri" de diferite feluri, pentru a-i trezi compătimire, în timp ce aceia care așteaptă Moartea vor aduna cupoane de vinovăție sau de inutilitate, spre a dovedi că o merită sau că o vor primi cu brațele deschise. Dar orice fel de cupon poate fi oferit Moșului sau Morții, în speranța că, prezentat cu iscusință, va conduce la obținerea produsului dorit.

Așadar, iluzia are de a face cu magazinul unde se dau la schimb cupoanele; există două magazine, fiecare cu regulile sale. Făcând suficiente fapte bune sau îndurând suficiente suferințe, Jeder poate aduna îndeajuns de multe cupoane aurii sau maro, pe care să le dea la Magazinul Moșului, în schimbul unui dar gratis. Adunând destule vinovății sau inutilități, poate să obțină un dar gratis din Magazinul Morții. De fapt, Moșul și Moartea nu au magazin, ci sunt mai degrabă niște vânzători ambulanți. Jeder trebuie să *aștepte* să vină Moșul sau Moartea și nu știe niciodată când se va întâmpla asta. Tocmai de aceea trebuie să colecționeze cupoane și să le aibă mereu pregătite, fiindcă dacă-i scapă prilejul când Moșul sau Moartea trece într-adevăr pe strada lui, nu știe niciodată când va avea o nouă ocazie. Dacă adună fapte bune, trebuie să gândească pozitiv tot timpul, fiindcă dacă se relaxează chiar și o singură clipă, exact acela ar putea fi momentul sosirii Moșului. La fel, dacă adună chinuri, e important să nu riște vreodată să pară fericit, fiindcă dacă Moșul îl surprinde cu garda jos, pierde ocazia. La fel se întâmplă și în cazul oamenilor din Grupul Morții. Nu-și pot permite să trăiască nici măcar o clipă lipsită de vinovăție sau de inutilitate, fiindcă ar putea fi tocmai momentul vizitei Morții, și atunci ar fi condamnați să trăiască până la turul următor, care ar putea fi... hm, doar moartea știe cât ar trebui să continue suspansul.

Iluziile sunt acele „o, dacă" și „într-o bună zi" pe care-și întemeiază majoritatea oamenilor existența. În anumite țări, loteria de stat oferă singura posibilitate ca Jeder să-și vadă visurile împlinite, așa că mii de oameni își petrec viața, zi după zi, așteptând să iasă numerele lor. Adevărul e că există un Moș Crăciun: la fiecare extragere ies într-adevăr numerele jucate de un om, care-și vede realmente visurile împlinite. Dar, ciudat, în majoritatea cazurilor, asta nu le aduce fericirea; mulți lasă câștigul să li se scurgă printre degete și revin la starea dinainte. Asta se întâmplă fiindcă sistemul iluziei este un sistem magic: recompensa nu doar apare ca prin farmec, ci este ea însăși fermecată. Copilul crescut cum se cuvine știe că adevăratul Moș Crăciun vine pe horn, în timp ce el doarme, și-i lasă o mică trăsură roșie sau o portocală de aur. Dar nu va fi o trăsură sau o portocală din cele obișnuite, ci una fermecată, unică, înțesată cu rubine și diamante. Când Jeder descoperă că a primit într-adevăr trăsura roșie sau portocala, dar că e obișnuită, cum are toată lumea, e dezamăgit și întreabă: „Asta-i tot?", spre marea nedumerire a părinților lui, care credeau că-i dăruiesc exact ce-și dorea. Tot așa, cel care câștigă la loterie descoperă că lucrurile pe care și le cumpără sunt la fel ca ale altor oameni, așa că deseori întreabă: „Asta-i tot?" și-și irosește câștigul. Preferă să se întoarcă și să șadă sub copac, sperând să se producă vraja, decât să se bucure de ceea ce are. Asta înseamnă că iluziile sunt mai atrăgătoare decât realitatea și chiar și cea mai atrăgătoare realitate poate fi abandonată în favoarea celor mai slabe sau mai improbabile iluzii.

Între cele mai remarcabile exemple din acest registru se numără oamenii cu scenariul „Să nu renunţi niciodată". Unul dintre lucrurile la care le vine cel mai greu să renunţe este conţinutul intestinului lor, aşa că suferă de constipaţie cronică. Iluzia lor e că, dacă se abţin suficient de multă vreme, Moş Crăciun va veni sau, dacă nu vine, cel puţin vor avea ceva propriu, drept compensaţie pentru darurile pe care nu le-au primit. Unii dintre ei se află într-o poziţie extrem de favorabilă pentru a se bucura de o realitate gratificantă, dar preferă să „şadă" acasă, aşteptând nici ei nu ştiu ce sau pe cine, să vină şi să-i salveze. O astfel de femeie spunea, chiar şi când stătea lungită pe canapeaua analitică: „Şed aici şi mă gândesc". Acasă petrecea o mulţime de timp constipat făcând acelaşi lucru. Îi venea greu să interacţioneze cu alţi oameni, fiindcă oriunde mergea, purta cu ea o toaletă psihologică şi orice-ar fi făcut Adultul ei, Copilul şedea pe scaunul lui preferat.

De fapt, Copilul nu renunţă aproape niciodată la iluziile sale. Unele dintre ele sunt universale, după cum a arătat Freud, şi probabil că apar în primele luni de viaţă sau chiar în pântece, acea lume magică pe care omul o poate regăsi ulterior doar prin iubire, sex sau droguri (ori poate, în cazul indivizilor cruzi, prin masacru). Cele mai timpurii trei iluzii identificate de Freud se cuprind în afirmaţia: „ Sunt nemuritor, omnipotent şi irezistibil." Sigur că aceste iluzii primitive nu rezistă multă vreme, confruntate cu realitatea sugarului, în care intră mama, tatăl, timpul, gravitaţia, imagini şi sunete necunoscute, înspăimântătoare şi senzaţiile interne de foame, frică şi durere. Dar ele sunt înlocuite de iluzii condiţionale, care exercită o puternică influenţă în alcătuirea scenariului. Acolo, ele apar sub forma „O, dacă": „O, dacă mă port cum trebuie, precis Moş Crăciun va veni."

Părinţii de pretutindeni sunt la fel în privinţa iluziilor. Copilul crede că părinţii sunt magicieni, în parte, fiindcă o cred şi aceştia. Nu există părinte real şi nici nu poate fi conceput unul care nu i-a transmis, sub o formă sau altul, odraslei sale: „Dacă faci ce-ţi spun eu, totul o să iasă bine." Pentru copil, asta înseamnă: „Dacă fac ce-mi spun ei, voi fi protejat prin magie şi cele mai frumoase visuri ale mele vor deveni realitate." El crede asta cu atâta convingere, încât e aproape imposibil să-i clatini credinţa. Dacă are un eşec, asta se întâmplă nu pentru că vraja a dispărut, ci pentru că el a încălcat regulile. Iar dacă sfidează directivele parentale sau renunţă la ele, asta nu înseamnă că şi-a pierdut credinţa în iluziile sale. Poate însemna doar că nu mai poate suporta cerinţele sau că nu crede că le va îndeplini vreodată. De aici, invidia şi dispreţul cu care unii oameni îi privesc pe cei care urmează regulile. Copilul lăuntric încă mai crede în Moş Crăciun, dar rebelii spun „Pot să capăt ce vreau en-gros!" (droguri sau revoluţie), în timp ce adepţii sentimentului de inutilitate strigă: „Cui îi trebuie strugurii ăştia acri? Strugurii morţii sunt mai dulci." Însă câţiva oameni reuşesc, pe măsură ce înaintează în vârstă, să renunţe chiar la iluzii şi par s-o facă fără invidia sau dispreţul celor care nu renunţă.

Preceptul Părintelui spune, în cel mai bun caz: „Poartă-te cum trebuie şi nu ţi se va întâmpla nici un rău!", motto aflat la baza sistemelor etice din toate ţările, pe tot parcursul istoriei documentate, începând cu cele mai vechi instrucţiuni scrise cunoscute, cele ale lui Ptahotep, în Egiptul Antic, cu cinci mii de ani în urmă.[58] În cel mai rău caz spune: „Lumea va fi mai bună dacă omori anumiţi oameni, şi în felul ăsta vei obţine nemurirea, vei fi omnipotent şi vei dobândi puteri irezistibile." În mod ciudat, din punctul de vedere al Copilului, ambele sunt sloganuri de iubire, fiindcă amândouă se bazează pe aceeaşi promisiune a Părintelui: „Dacă faci cum îţi spun, am să te iubesc şi am să te apăr, iar fără mine nu eşti nimic." Asta se vede clar când promisiunea este făcută în scris. În primul caz, Domnul e cel care te va iubi şi te va apăra, aşa cum scrie în Biblie, iar în al doilea caz e Hitler, aşa cum scrie în *Mein Kampf* şi în alte texte. Hitler a promis

[58] Breasted, J. *The Dawn of Conscience*. Charles Scribner's Sons, New York, 1933.

Reich-ul de o mie de ani, care echivalează practic cu nemurirea, iar adepții lui au dobândit într-adevăr omnipotență și puteri irezistibile asupra polonezilor, țiganilor, evreilor, pictorilor, muzicienilor, scriitorilor și politicienilor pe care i-au închis în lagărele de exterminare. Însă în timp ce se petreceau toate acestea, realitatea a intervenit sub forma napoleonică a infanteriei, artileriei și aviației, și milioanele de adepți ai lui Hitler au devenit muritori, neputincioși și rezistibili.

E nevoie de o putere imensă pentru a sfărâma aceste iluzii primitive, și asta se întâmplă cel mai des în vreme de război. Când contele lui Tolstoi merge la luptă, în timpul bătăliei strigă revoltat: „De ce trag în mine? Doar toată lumea mă place!" (= Sunt irezistibil).[59] Același lucru se aplică și în cazul iluziei condiționale: „Dacă fac ce-mi spune Părintele meu, totul va ieși bine." Cel mai cumplit exemplu de distrugere prin forță a acestei convingeri aproape universale se vede în celebra fotografie a unui băiețel de vreo nouă ani aflat în mijlocul unei străzi din Polonia, singur și fără prieteni, deși pe trotuar sunt numeroși privitori, lângă el aflându-se un soldat nazist înarmat. Expresia de pe fața lui spune foarte clar: „Dar mama mi-a spus că dacă sunt băiat cuminte, totul o să fie bine!" Cea mai brutală lovitură psihologică din câte poate primi un om este dovada că mama lui cea bună l-a mințit, și tocmai în asta constă tortura distrugătoare pe care soldatul german i-o aplică băiatului pe care l-a încolțit.

E posibil ca terapeutul, cu toată omenia și sensibilitatea și cu consimțământul explicit, voluntar al pacientului, să aibă de îndeplinit o sarcină asemănătoare: nu tortură, ci intervenție chirurgicală. Pentru ca pacientul să se facă bine, iluziile pe care se bazează întreaga lui viață trebuie demontate, așa încât el să poată trăi în lumea de „aici și acum", nu în cea proprie, a lui „O, dacă" sau „Într-o bună zi". Asta e cea mai dureroasă sarcină pe care trebuie s-o execute analistul de scenarii: să le spună pacienților săi că nu există Moș Crăciun. Dar cu pre-

[59] Tolstoi, L. *War and Peace*. The Modern Library, New York.

gătiri atente, lovitura poate fi îmblânzită și pacientul s-ar putea să-l ierte, după o vreme.

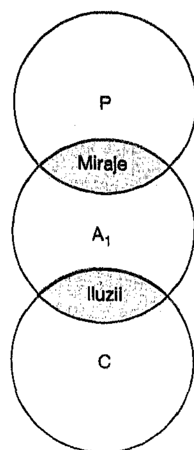
Una dintre iluziile preferate ale copilăriei târzii se zguduie când Jeder află cum se fac copiii. Ca să păstreze ficțiunea purității părinților săi, trebuie să facă specificarea: „De acord, dar părinții *mei* nu fac așa ceva!" Cu greu poate evita terapeutul să pară nesimțitor și cinic când îl pune pe Jeder față-n față cu faptul că, la drept vorbind, conceperea lui n-a fost imaculată, așa că părinții lui trebuie s-o fi făcut cel puțin o dată, iar dacă are frați și surori, de mai multe ori. Asta echivalează cu a-i spune că mama lui l-a trădat, un lucru pe care un bărbat n-ar trebui să-l spună altuia, decât dacă celălalt îl plătește tocmai pentru asta. Uneori, terapeutul are sarcina opusă, de a reda o aparență decentă imaginii pe care mama însăși sau circumstanțele exterioare au mânjit-o și au degradat-o. Pentru milioane de copii, iluzia aceasta e un lux imposibil de obținut, așa că ei trebuie să existe într-o stare de subzistență, atât psihologică, cât și materială.

Credința în Moș Crăciun, în Moarte și în virginitatea mamei pot fi considerate normale, pentru că spiritele idealiste sau mai slabe le adoptă cu bucurie și-și găsesc în ele sursă de hrană ori de câte ori le întâlnesc. Pe de altă parte, oamenii confuzi sunt confuzi pentru că au iluzii proprii, speciale. Acestea merg de la „Dacă faci o irigație intestinală în fiecare zi, ai să fii sănătos și fericit" până la „Poți împiedica moartea tatălui tău dacă te îmbolnăvești. Dacă el moare, înseamnă că nu te-ai îmbolnăvit suficient de grav." Există, de asemenea, contracte particulare cu Dumnezeu, în privința cărora El n-a fost consultat și pe care nu le-a semnat niciodată, ba chiar pe care, de fapt, ar refuza să le semneze: „Dacă-mi sacrific copiii, mama va rămâne sănătoasă" e un exemplu frecvent întâlnit, iar un altul: „Dacă n-am orgasm, Dumnezeu îmi va trimite un miracol." După cum remarcam anterior, acesta din urmă a fost instituționalizat în rândul prostituatelor din Paris, sub forma: „Indiferent cu câți bărbați fac sex sau chiar îi molipsesc cu bună știință cu o boală, tot

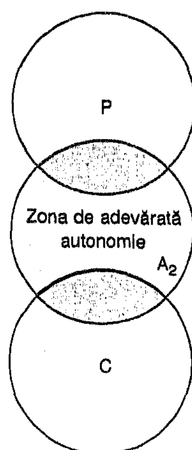
pot merge în Rai, câtă vreme asta ține de serviciul meu și nu-mi aduce plăcere."[60]

Așadar, în copilăria mică, iluziile magice sunt acceptate în cea mai romantică formă a lor. În copilăria târzie, ele sunt supuse probei realității și copilul renunță, fără tragere de inimă, la o parte din ele, rămânând doar un miez tainic care formează temelia existențială a vieții. Doar cei mai puternici pot să se confrunte cu loteria absurdă a vieții fără nici o iluzie. Una dintre cele la care se renunță cel mai greu, chiar și la vârsta adultă, e iluzia autonomiei sau a autodeterminării.

Acest lucru este ilustrat în figura 10. Zona de autentică autonomie, care reprezintă funcționarea Adultă rațională adevărată, liberă de prejudecățile Părintelui și de gândirea



Autonomia iluzorie



Autonomia adevărată

Gradul de autonomie: A2/A1

Figura 10 **Figura 11**

[60] Philippe, C.-L. *Bubu of Montparnasse. Loc. cit.*

visătoare a Copilului, este marcată A_1. Acest aspect al personalității are într-adevăr libertatea de a face raționamente Adulte pe baza cunoștințelor și observațiilor acumulate cu atenție. Ea poate funcționa eficient într-o meserie sau profesie; mecanicul sau chirurgul folosește buna judecată, bazată pe educația, observațiile și experiențele anterioare. Zona marcată P este clar recunoscută de individ ca reprezentând influența Părintelui: idei și preferințe pe care le-a preluat de la părinți privind, spre exemplu, alimentele, îmbrăcămintea, manierele și religia. Pe toate acestea le poate numi „educația" sa. Zona marcată C o atribuie dorințelor visătoare sau gusturilor timpurii, lucruri ce vin de la Copilul său. În măsura în care recunoaște și separă aceste trei zone, e autonom. Știe ce e Adult și practic, ce vine de la alții și el a acceptat, și care din acțiunile sale sunt determinate nu de gândire practică și decizii raționale, ci de impulsuri timpurii.

Zonele marcate „Miraje" și „Iluzii" sunt cele în privința cărora individul se înșală. Mirajele sunt lucruri pe care le tratează ca și cum ar fi ideile sale, bazate pe observație și judecată, când în realitate sunt idei pe care i le-au impus părinții și care s-au înrădăcinat atât de profund, încât crede că fac parte din Eul său adevărat. La fel, iluziile sunt idei ale Copilului său pe care le acceptă ca fiind Adulte și raționale, încercând să și demonstreze acest lucru. Mirajele și iluziile pot fi numite contaminări. Prin urmare, iluzia autonomiei se bazează pe ideea eronată că întreaga zonă A_1, prezentată în Figura 10, este Adultă, necontaminată și autonomă, când de fapt ea cuprinde porțiuni mari ce aparțin Părintelui și Copilului. Adevărata autonomie este recunoașterea faptului că granițele Adultului sunt reprezentate cu adevărat în Figura 11 și că zonele hașurate aparțin celorlalte stări ale Eului.

De fapt, figurile 10 și 11 ne dau o măsură a autonomiei. Raportul dintre zona A din figura 10 și zona A din figura 11 poate fi numit „gradul de autonomie". Când A-10 e mare și A-11, mică, există prea puțină autonomie și foarte multe iluzii. Dacă A-10 e mică (deși întotdeauna mai mare decât

A-11), iar A-11, mare (deşi întotdeauna mai mică decât A-10), există mai puţine iluzii şi mai multă autonomie.

E. Jocurile

Cât timp e sugar, copilul este cinstit şi porneşte de pe prima poziţie: Eu sunt OK — Tu eşti OK. Dar corupţia se instalează rapid şi el descoperă că OK-ul lui nu e un drept din naştere automat, complet nedisputat, ci depinde într-o anumită măsură de comportamentul său şi, mai precis, de reacţiile faţă de mamă. În timp ce învaţă să mănânce frumos, ar putea descoperi că ea îi oferă sentimentul de a fi sută la sută OK doar cu anumite rezerve, şi asta îl răneşte. Copilul reacţionează atacând OK-ul ei, chiar dacă, după ce se încheie cina, cei doi se sărută şi se împacă. Dar s-a pus deja temelia pentru jocuri, activitate ce începe să înflorească în timpul educaţiei sfincteriene, când copilul e în avantaj. La orele de masă e flămând şi vrea ceva de la mamă; în baie, ea vrea ceva de la el. La masă, copilul trebuie să reacţioneze faţă de mamă într-un anumit fel ca să-şi păstreze OK-ul; în baie, ea trebuie să se poarte bine cu el ca să-şi păstreze OK-ul. În cazuri rare se poate ca amândoi să fie în continuare cinstiţi, dar de obicei mama îl păcăleşte exploatându-i doar puţin chichiţele, iar el face acelaşi lucru.

La vremea când începe să meargă la şcoală, copilul a învăţat probabil câteva jocuri uşoare, ba poate chiar şi două-trei dure sau, în cele mai rele cazuri, e dominat de jocuri. Totul depinde de cât de deştepţi şi de duri sunt părinţii lui. Cu cât joacă mai „deştept", cu atât va fi mai corupt copilul; cu cât sunt mai duri, cu atât va trebui el să joace mai dur pentru a supravieţui. Experienţa clinică arată că modul cel mai eficient de a corupe un copil şi de a-l face să fie mereu tensionat constă în administrarea frecventă a clismelor împotriva voinţei sale, după cum modul cel mai eficient de a-l corupe şi dezintegra este bătaia aplicată cu cruzime când el plânge fiindcă îl doare ceva.

În şcoala primară, copilul are ocazia de a încerca, pe populaţia generală a colegilor şi profesorilor, jocurile pe care le-a învăţat acasă. Unora le ascuţeşte tăişul, pe altele le mai domoleşte puţin, pe câteva le abandonează şi prinde altele noi de la grup. De asemenea, are ocazia să-şi testeze convingerile şi poziţia. Dacă el se crede OK, învăţătoarea poate să-i dea confirmarea sau să-l scuture, umilindu-l, iar dacă e convins că e ne-OK, ea poate să-i confirme (lucru la care el se aşteaptă) sau să încerce să-l încurajeze (lucru care-l stânjeneşte).

Există multe situaţii speciale pe care nici copilul, nici învăţătoarea nu le pot anticipa şi cărora nu le pot face faţă. Învăţătoarea propune jocul numit „Argentina" şi întreabă: „Care e cel mai interesant lucru din Argentina?" „Pampasul", spune un elev. „Nuuuu." „Patagonia", zice altul. „Nuuuuu." „Aconcagua", propune un altul. „Nuuuuuuuu." În acest moment, toţi elevii ştiu ce se întâmplă. N-are nici un rost să-şi aducă aminte ce scrie în carte sau ce-i interesează pe ei; trebuie să ghicească la ce se gândeşte *ea*, aşa că i-a încolţit, iar ei renunţă. „Nu mai vrea să răspundă nimeni?" întreabă învăţătoarea pe tonul ei de prefăcută blândeţe. „Gauchos!" declară ea apoi triumfătoare, făcându-i pe toţi elevii să se simtă proşti. Nu pot întreprinde nimic ca s-o oprească, şi până şi celui mai tolerant elev îi vine greu s-o lase să-şi păstreze OK-ul. Pe de altă parte, până şi cea mai abilă învăţătoare ar avea dificultăţi să-şi păstreze OK-ul în faţa unui copil al cărui corp e agresat acasă cu clisme. Când el refuză să răspundă, iar ea încearcă să-l forţeze, îi violează şi mintea, ceea ce dovedeşte că nu e cu nimic mai bună decât părinţii lui. Dar nici învăţătoarea nu poate face nimic ca să-l ajute.

Fiecare dintre poziţiile inferioare are propriul set de jocuri; jucându-le cu învăţătoarea, Jeder poate să observe la care anume cade ea în capcană şi să-şi perfecţioneze talentul. În poziţia a doua, cea arogantă (+ –), ar putea să încerce „Acum te-am prins", în poziţia a treia, depresivă (– +),

„Lovește-mă", iar din poziția inutilității (– –), „O fac pe învățătoare să regrete". Poate renunța la cele la care ea refuză să răspundă sau pentru care are antiteză, dar le încearcă oricum și pe pielea colegilor.

În multe privințe, a patra poziție e cea mai greu de abordat. Dar dacă învățătoarea își păstrează cumpătul și-l mângâie pe Jeder cu cuvinte bine alese — nici dulcegării, nici mustrări și nici scuze —, e posibil să-i descleșteze degetele de pe bolovanul aspru al inutilității și să-l împingă în sus, spre strălucirea luminoasă a stării OK.

Așadar, copilăria târzie e perioada care stabilește care jocuri din repertoriul domestic se fixează ca preferate și, dacă e cazul, la care se renunță. Cea mai importantă întrebare în această privință e: „Cum se înțelegea învățătoarea cu tine?", iar următoarea: „Cum se înțelegeau ceilalți copii cu tine la școală?"

F. Persona

Spre sfârșitul acestei perioade înflorește pe deplin un alt element, care răspunde la întrebarea: „Dacă nu poți să vorbești cinstit și să spui lucrurilor pe nume, care e tipul de corupție cel mai comod?" În răspunsul la întrebarea asta, Jeder pune tot ce a învățat de la părinți, profesori, colegi de școală, prieteni și dușmani. Rezultatul e persona sa.

Jung definește persona drept „atitudine adoptată *ad-hoc*", o mască despre care individul „știe că e conformă cu intențiile sale conștiente și, totodată, satisface cerințele și părerile mediului său". Astfel, el „îi înșală pe ceilalți și deseori se înșală și pe sine cu privire la adevăratul său caracter".[61] Așadar, persona e o personalitate socială; la majoritatea oamenilor, personalitatea socială seamănă cu aceea a unui copil aflat în perioada latentă — aproximativ între șase și zece ani. Asta, pentru că persona se formează într-adevăr, prin intermediul influențelor externe și prin deciziile copilului, tocmai în acea perioadă. Când își folosește conduitele sociale, Jeder cel bun, tare, agreabil, atrăgător, adult nu trebuie să se poarte ca Părinte, Adult sau Copil (deși se poate s-o facă). Se poartă în schimb ca un băiat de școală primară, adaptându-se la situația socială sub îndrumarea Adultului, în granițele restricțiilor Părintelui. Această adaptare devine persona lui, care se potrivește și ea în scenariu. Dacă are un scenariu de învingător, persona sa va fi atrăgătoare, iar dacă are un scenariu de învins, persona va fi respingătoare, mai puțin pentru cei asemeni lui. Persona este deseori elaborată după modelul eroului lui Jeder. Adevăratul Copil se ascunde în spatele personei și poate sta acolo la pândă, așteptând ocazia să țâșnească dacă se adună suficiente cupoane pentru ca aruncarea măștii să fie justificată.

[61] Jung, C.G. *Psychological Types. Loc. cit.*, p. 590.

Întrebarea ce trebuie să-i fie pusă pacientului în această privință este: „Ce fel de persoană ești?" sau, mai bine: „Ce cred ceilalți despre tine?"

G. Cultura familială

Întreaga cultură este familială — lucruri învățate încă de la vârsta mersului de-a bușilea. Poate că detaliile și tehnicile se învață în afara casei părintești, dar valoarea lor o stabilește familia. Analistul de scenarii merge direct în miezul chestiunii cu o singură întrebare țintită: „Despre ce se discuta la voi acasă seara, la cină?" El speră să afle astfel conținutul, care poate să aibă sau nu însemnătate, dar și tipurile de tranzacții care aveau loc — aspect mereu important. Unii terapeuți care lucrează cu copii și cu familiile acestora chiar merg până la a obține o invitație la cină, acasă la pacient, în ideea că asta e cea mai bună cale de a obține cea mai mare cantitate de informații demne de încredere într-un interval scurt de timp.

Unul dintre sloganurile analistului de scenarii este sau ar trebui să fie: „Nu uita de sfinctere!" Freud[62] și Abraham[63] au fost primii care au elaborat ideea potrivit căreia structura caracterului se centrează pe orificiile corpului. La fel se întâmplă atât cu jocurile, cât și cu scenariile, iar semnele și simptomele fiziologice ce formează o trăsătură importantă a tuturor jocurilor și scenariilor se centrează, de obicei, pe un anumit orificiu sau sfincter. Cultura familială, așa cum poate fi văzută în jurul mesei, la cină, tinde să se învârtă în jurul „sfincterului familial", și a cunoaște preferatul familiei este de mare ajutor în tratarea pacientului.

Cele patru sfinctere externe implicate sunt cel oral, cel anal, cel uretral și cel vaginal; poate mai importante decât ele sunt sfincterele interne corelate. Mai există, de asemenea, un sfincter iluzoriu ce poate fi numit, ca în psihanaliză, cloacal.

Deși gura are într-adevăr propriul sfincter extern, *Orbicularis oris*, de obicei nu acesta este mușchiul care preocupă familiile orale, cu toate că unele au motto-ul „Să nu te-aud că deschizi gura!" Principalul subiect de discuție din familiile orale este mâncarea, iar sfincterele vizate în mod special sunt cele ale gâtului, stomacului și duodenului. În consecință, familiile orale sunt îndeobște dintre cele care urmează curele de slăbire la modă și-și fac griji în privința sănătății stomacului, acestea fiind subiectele pe care le dezbat la masă. Membrii „isterici" ai familiilor orale au spasme ale mușchilor gâtului, iar membrii „psihosomatici" au spasme ale esofagului, stomacului și duodenului sau, dimpotrivă, vomită ori se tem că vor vomita.

Anusul este sfincterul desăvârșit. Familiile anale discută despre tranzitul intestinal, laxative și clisme sau varianta mai aristocratică a irigațiilor colonului. Pentru ele, viața înseamnă o tranșă de materii otrăvitoare de care trebuie să scape prompt, cu orice preț. Membrii acestor familii sunt fascinați

62 Freud, S. *Three Contributions to the Theory of Sex.* E.P. Dutton & Company, New York.

63 Abraham, K. *Selected Papers.* Hogarth Press, Londra, 1948.

de produsele intestinului și mândri de ei sau de copiii lor când respectivele produse sunt mari, consistente și cu o formă frumoasă. Diareea e judecată cantitativ, iar colita mucoasă sau hemoragică prezintă un interes perpetuu, putând fi purtată cu un aer de distincție modestă. Toată această cultură se contopește cu sexualitatea (sau antisexualitatea) în motto-ul „Păzește-ți fundul, că altfel o pățești!" Asta înseamnă și cultivarea expresiei împietrite a feței, întreaga filosofie putând avea drept recompensă câștigul financiar.

Familiile uretrale vorbesc mult — fluvii de idei diluate, cu câteva bâlbâieli la urmă, deși niciodată nu termină de vorbit cu adevărat, căci rămân mereu câteva picături ce pot fi stoarse dacă timpul o permite. Anumite familii de acest fel sunt extrem de acide, iar când se enervează, se pișă pe oameni — sau cel puțin așa spun. Unii copii se revoltă împotriva sistemului contractându-și sfincterul uretral și reținându-și urina cât mai mult timp cu putință, obținând o plăcere considerabilă de pe urma senzațiilor neplăcute rezultate astfel și o plăcere și mai mare când, în cele din urmă, își dau drumul, uneori noaptea, în pat.*

Unele familii discută la masă despre imoralitatea sexului. Motto-ul lor este: „În familia noastră, femeile stau cu picioarele încrucișate." Chiar și când nu-și țin picioarele încrucișate, își contractă cât pot sfincterul vaginal. În alte familii, sfincterul vaginal e larg deschis, picioarele, relaxate, iar discuțiile la masă sunt vulgare și pornografice.

Acestea sunt câteva exemple frecvent întâlnite ce ilustrează teoria sfincterelor sau, cum i se spune de obicei, teoria sexualității infantile. Erikson a elaborat cel mai amplu și mai clar teoria aceasta[64]. El a identificat cinci stadii de dezvoltare, fiecare centrat în jurul unei anumite zone anatomice (orală, anală sau genitală). Fiecare zonă poate fi „folosită" în cinci moduri diferite: Incorporativ (1 și 2), Retentiv, Eliminativ și

* Vă rog, nu bateți copiii care fac în pat, crezând că astfel o să-i dezvățați.

64 Erikson, E. *Childhood and Society. Loc. cit.*, capitolul 2.

Invaziv, astfel că rezultă o matrice de bază cu douăzeci și cinci de câmpuri. Erikson pune în legătură unele dintre aceste câmpuri cu anumite atitudini și caracteristici și cu anumite traiectorii ale dezvoltării personale, asemănătoare cu traseele de viață conforme cu scenariul.

În limbajul folosit de Erikson, comanda parentală „Să nu te-aud că deschizi gura!" este oral retentivă, iar „Ține-ți picioarele strâns încrucișate!" este falic retentivă. Toanele alimentare sunt oral incorporative, voma este oral eliminativă, iar vorbirea obscenă, invazivă. Prin urmare, aflarea subiectelor discutate la masă poate adesea să plaseze foarte precis familia din punctul de vedere al zonei și al modului. Este un lucru deosebit de important, pentru că anumite jocuri și scenarii, plus simptomele fizice care le însoțesc, se bazează pe zona și modul corespunzătoare. Spre exemplu, „Nerodul" este anal sub aspectul zonei, „Eu încerc doar să te ajut" este invaziv sub aspectul modului, iar „Alcoolicul" este oral incorporativ.

Miticul „sfincter cloacal" există în mintea oamenilor confuzi, al căror Copil crede că indivizii de ambele sexe au în partea de jos doar o singură deschizătură, ce poate fi închisă după voie. De aici rezultă scenarii greu de înțeles de către oamenii mai realiști, îndeosebi dacă ele implică și gura. Astfel, un schizofrenic catatonic poate să închidă totul deodată: își ține toate sfincterele contractate la maximum, astfel că nimic nu poate să-i intre sau să-i iasă din gură, vezică sau rect, trebuind să fie hrănit intravenos, să i se introducă un cateter și să i se administreze clisme la intervale regulate, pentru a supraviețui într-o stare fizică bună. În acest caz, sloganul scenariului este „Mai bine mor decât să-i las să intre!", slogan înțeles în sensul propriu de către Copilul care controlează sfincterele și care, în asemenea cazuri, e foarte confuz în ce privește alcătuirea și funcționarea lor.

Însă majoritatea scenariilor au la bază un sfincter anume, iar psihologia scenariului este legată de respectiva zonă fiziologică. Tocmai de asta, analistul de scenarii „nu uită de sfinctere". Contracția permanentă a unui sfincter poate să afecteze toți mușchii corpului, iar starea musculară generală este legată de atitudinea afectivă și interesele persoanei și, de asemenea, influențează reacțiile celorlalți față de persoană. Mecanismul implicat aici funcționează după modelul „așchiei infectate".

Dacă Jeder are o mică așchie infectată în degetul mare de la piciorul drept, va începe să șchioapete. Asta afectează mușchii piciorului, iar cei ai spatelui se vor contracta ca să compenseze. După o vreme vor fi afectați și mușchii umerilor, iar în scurt timp situația se va extinde și la cei ai gâtului. Dacă Jeder merge mult, perturbarea echilibrului muscular avansează până când, în cele din urmă, sunt afectați și mușchii feței și ai scalpului; atunci va începe să-l doară capul. Pe măsură ce mersul devine tot mai dificil și infecția se agravează, pot apărea problemele de circulație și de digestie. În acest punct, cineva ar putea spune: „E o afecțiune foarte greu de vindecat, din moment ce i-a afectat organele interne și capul, ca și toți mușchii corpului. E o boală a întregului organism." Dar apare un chirurg care spune: „Eu pot să-l vindec cu totul, să-l scap de febră, de durerile de cap și de toată încordarea musculară." Chirurgul scoate așchia, infecția dă înapoi, Jeder nu mai șchioapătă, mușchii scalpului și gâtului i se relaxează, iar durerea de cap dispare; pe măsură ce se relaxează și restul corpului, totul revine la normal. Așadar, deși afecțiunea afectează întregul organism, ea poate fi vindecată știind unde să cauți așchia și îndepărtând-o. Iar pe urmă nu doar Jeder, ci și oamenii din jurul lui se simt ușurați și se pot relaxa.

O succesiune similară de evenimente are loc când un sfincter este ținut contractat. Mușchii din jur se contractă, pentru a-i oferi sfincterului tracțiune și suport. Alți mușchi, mai îndepărtați, sunt afectați compensator, și în cele din urmă situația implică întregul corp. E un lucru ușor de demonstrat. Să presupunem că, în timp ce șade cu cartea în față, cititorul își contractă anusul. Va remarca imediat că acțiunea implică mușchii din zona lombară și cei ai picioarelor. Dacă

se ridică de pe scaun, ţinându-şi anusul contractat, va observa că trebuie să-şi strângă buzele, lucru care-i afectează muşchii scalpului. Cu alte cuvinte, contracţia anusului modifică dinamica musculară a întregului său corp. Exact asta se întâmplă cu oamenii cărora scenariul le cere „Păzeşte-ţi fundul, că altfel o păţeşti!" Treptat ajung să fie implicaţi toţi muşchii corpului lor, inclusiv aceia răspunzători de expresiile faciale. Expresia feţei influenţează reacţiile celorlalţi faţă de ei şi, de fapt, constituie ispita adresată Copilului celuilalt, antagonistul scenariului, menit să realizeze comutarea.

Iată ce se petrece. Să-i spunem bărbatului cu anusul contractat Angus, iar opusului său, antagonistul scenariului, Lana. Lana caută un Angus, iar Angus caută o Lana. Lana ştie imediat că a găsit un Angus, din cauza expresiei lui faciale. Pe parcursul conversaţiei, pe măsură ce el îşi dezvăluie atitudinile şi interesele, Lana poate să confirme intuiţia Copilului ei. Rolul ei în scenariul unui Angus constă în producerea comutării. Contrascenariul lui Angus îi cere să se ţină tare tot timpul, dar scenariul spune cu totul altceva. Oricât de mult se străduieşte să se ţină tare, în conformitate cu preceptul parental, mai devreme sau mai târziu îşi lasă garda jos preţ de o clipă, şi atunci scenariul său preia conducerea. În acel moment de slăbiciune, Angus se relaxează. Tocmai asta aştepta Lana; acţionează comutatorul şi Angus „o păţeşte" într-un fel sau altul, iar ea îşi îndeplineşte misiunea. Cât timp încearcă să-şi ţină anusul contractat, Angus o va „păţi" în repetate rânduri. Aşa funcţionează scenariul — cu excepţia situaţiei în care prevede că el va fi un învingător, situaţie în care el e cel care-i face pe alţii s-o păţească, după cum se întâmplă în cazul unor finanţişti anali.

Prin urmare, analistul de scenarii ţine cont de sfinctere ca să ştie cu ce are de a face. Pacientul care renunţă la scenariul său are muşchii din tot corpul mult mai relaxaţi. Femeia care, înainte, îşi ţinea anusul contractat, de pildă, nu se va mai foi pe scaun, iar cea care-şi ţinea vaginul contractat nu va mai sta cu braţele şi picioarele strâns încrucişate şi va înceta să-şi mai

petreacă strâns laba piciorului drept pe după glezna stângului.

Cu aceste remarci privitoare la autocraţii din jurul mesei familiale, care-şi învaţă copiii de care muşchi să-şi ancoreze corpul pentru tot restul vieţii, ne încheiem trecerea în revistă a influenţelor care se dovedesc cele mai importante în copilăria târzie, iar acum suntem pregătiţi să cercetăm următoarea etapă din elaborarea scenariului de viaţă.

Capitolul 9
ADOLESCENȚA

Adolescența înseamnă perioada liceului și a facultății, permis auto, majorat, inițiere, preferințe și bunuri proprii. Înseamnă păr apărut ici și colo, sutien și menstruație, bărbierit și, poate, o pacoste nemeritată care-ți dărâmă planurile și dispoziția: acneea. Înseamnă să hotărăști ce vei fi pentru restul vieții tale sau, cel puțin, cum îți vei petrece timpul până decizi. Înseamnă (dacă chiar vrei să afli ce înseamnă) să citești cele trei sute și ceva de cărți existente pe piață pe subiectul ăsta, plus o parte din cele cu tiraj epuizat, dar foarte bune, plus câteva mii de articole în reviste de divertisment și în cele științifice. Pentru analistul de scenarii, înseamnă repetiția sau proba dinainte de a aduce spectacolul în fața publicului. Înseamnă că acum chiar ești în postura dificilă de a trebui să răspunzi la întrebare, căci altfel se poate să eșuezi: „Ce spui *cu adevărat* după ce spui bună ziua?" sau: „Cum îți structurezi timpul acum, că părinții și profesorii nu ți-l mai structurează complet?"

A. Ocupații de timp liber

Tăcerea poate fi umplută cu discuții despre tot felul de lucruri, despre mașini și sporturi, de obicei sub forma lăudăroșeniei, cel mai informat câștigând puncte. Scenariul intervine stabilind dacă știi mai multe decât toți sau mai puține decât toți, dacă vorbești despre triumfuri sau ghinioane — „Eu m-am distrat mai bine decât tine" sau „Eu am avut necazuri mai mari decât tine". Unii oameni sunt așa niște

învinși, că până și nenorocirile suferite de ei sunt banale, așa că oricum ar da-o, tot nu pot să învingă. Alt domeniu abordat în discuția cu oamenii pe care-i cunoști mai bine îl reprezintă ideile și simțămintele, compararea filosofiilor, „Și eu la fel" sau „La mine e altfel". Un învingător poate fi mai nobil sau mai rezistent, în timp ce un învins poate să scoată la iveală vinovății și chinuri mai mari; între ei, nonînvingătorul e imobilizat la simțăminte mediocre și nimic mai mult. Un al treilea domeniu îl constituie persoanele apropiate: „Ce faci cu profesorii delincvenți sau cu părinții delincvenți sau cu iubitul (iubita) delincvent(ă)?" Ăsta e Grupul Vieții, în așteptarea lui Moș Crăciun, care le va aduce o mașină mai bună, o echipă de fotbal mai bună, vremuri mai bune sau profesori, părinți și iubiți mai buni. Cei din Grupul Morții disprețuiesc toate astea și-și petrec timpul cu ocupații mai conforme cu scenariul: fumează marihuana, înghit LSD, fac „excursii" împreună și „curtează cu adevărat cazierul". În orice caz, indiferent în care grup s-ar afla, Jeder învață ce e acceptabil și ce nu e acceptabil să spună, învață cum să spună și-și compară cupoanele cu cei din clanul lui.

B. Eroi noi

Folosind materialul din astfel de discuții, din lecturi și din ceea ce vede, Jeder înlocuiește eroii mitici sau magici ai protocolului scenariului său cu personaje mai funcționale, oameni adevărați, vii sau morți, pe care-i poate imita. De asemenea, învață mai multe despre răufăcătorii adevărați și despre felul cum funcționează ei. În același timp, capătă o poreclă sau o formă a numelui de botez (Frederick, Fred sau Freddie, Charles, Charlie sau Chuck) care-i spune cum îl văd ceilalți și cu ce are de luptat. Grăsana, Fată-de-cal, Clipici și Cap-de-lemn vor trebui să facă mari eforturi suplimentare ca să trăiască un final fericit. Pieptoasa și Maimuțoiul Păros vor

descoperi că sexul se obține ușor, dar ce se întâmplă dacă vor altceva?

C. Totemul

Foarte mulți oameni au un animal sau uneori o legumă care le apare repetitiv în vise. E totemul lor. Astfel, există femei-pasăre, femei-păianjen, femei-șarpe, pisică și cal, femei-trandafir, femei-iarbă și femei-conopidă și multe altele. În rândul bărbaților, preferații sunt câinii, caii, tigrii, șerpii constrictori mari și arborii. Totemul apare sub multe forme. Uneori inspiră teamă, cum e aproape întotdeauna cazul păianjenilor și șerpilor, iar alteori e binevoitor, cum sunt de obicei pisica și conopida. Dacă o femeie-pisică suferă un avort spontan sau provocat, e foarte probabil ca în visele ei să apară pisoi morți.

În viața reală, pacientul reacționează față de animalul-totem așa cum reacționează și în vis. Totemurile negative sunt legate deseori de reacții alergice; cele pozitive au o mare trecere ca animale de companie, cu toate că și acestea pot să provoace alergii. Unii oameni își invidiază totemul și încearcă să se identifice cu el. Multe femei și-ar dori să fie pisici și chiar o spun adesea. Mișcările brațelor și picioarelor femeii sunt de obicei foarte stilizate în contextele sociale, dar deseori se poate presupune identitatea animalului-totem urmărind mișcările capului. Ele pot să imite pisici, păsări sau șerpi, fapt ce se poate verifica foarte ușor observând pisici, păsări și șerpi. Bărbații își mișcă mai liber membrele și corpul; unii bat din picior precum caii sau își întind brațele ca pe niște șerpi constrictori. Nu e o simplă fantezie din partea observatorului, fiindcă se pot obține confirmări ascultând cu atenție metaforele folosite de fiecare și visele pe care le relatează.

De obicei, totemismul e abandonat în jurul vârstei de șaisprezece ani. Dacă se prelungește în adolescența târzie, sub forma viselor, fobiilor, imitațiilor sau pasiunilor de timp liber, trebuie negreșit luat în considerare. Dacă nu e chiar atât

de evident, poate fi pus în evidență foarte ușor prin întrebarea „Care e animalul tău preferat?" sau „Ce animal ai vrea să fii", în cazul totemismului pozitiv, și „Ce animal te sperie cel mai tare?", în cazul totemismului negativ.

D. Simțăminte noi

Pentru Jeder, masturbarea e ceva propriu. Nu e sigur ce să facă cu noile simțăminte sexuale și nici cum să le integreze în planul său, așa că reacționează la ele cu trăirile afective anterioare care i-au devenit familiare — concesiunea lui. E posibil, de asemenea, ca masturbarea să-l facă să trăiască chinurile unei adevărate crize existențiale: e un lucru pe care-l face sau nu-l face la un anumit moment dat, și asta decide (sau ar trebui să decidă) numai și numai el; iar după ce a făcut-o, el și numai el trebuie să suporte consecințele. Ele pot să constea în simțăminte intime, cum ar fi vinovăția (pentru că masturbarea e imorală), frica (pentru că-i va afecta sănătatea, crede el) sau neadecvarea (pentru că-i va slăbi puterile, crede el). Toate astea sunt „tranzacții mentale" între Părintele și Copilul din capul lui. Pe de altă parte, poate să aibă reacții tranzacționale care depind de reacțiile, reale sau imaginare, ale publicului său: durere, furie sau rușine, fiindcă acum crede că ceilalți au un motiv întemeiat ca să râdă de el, să-l urască sau să-l umilească. În orice caz, masturbarea îi oferă o modalitate de a găsi locul noilor simțăminte sexuale între cele vechi, pe care le-a învățat în copilărie.

Dar învață totodată să fie mai flexibil. Colegii și profesorii îi dau „permisiunea" de a reacționa și cu alte simțăminte în afara celor încurajate acasă și, în plus, învață s-o ia cu binișorul: nu toată lumea ia în serios lucrurile care-i îngrijorează pe părinții lui. Treptat, această comutare a centrului de greutate în sistemul lui afectiv îl distanțează de familie și-l apropie mai mult de oamenii de aceeași vârstă cu el. Își adaptează scenariul la noua situație și-l face mai „prezentabil". Poate

chiar să-și schimbe rolul — de la cel de învins total la cel de om cu unele reușite, de la învins la un simplu neînvingător care, cel puțin, reușește să se mențină la linia de plutire. Dacă are scenariu de învingător, descoperă că asta presupune o anumită obiectivitate. Acum se află într-o situație de competiție și victoriile nu vin automat, ci numai după o anumită cantitate de planificare și de efort. Învață, de asemenea, să suporte câteva nereușite fără să se piardă cu firea.

E. Reacții fizice

În contextul tuturor acestor schimbări și surse de stres și al nevoii de a-și păstra calmul ca să obțină ceea ce vrea, bun sau rău, Jeder devine mai conștient de reacțiile sale fizice. Mama și tatăl nu-l mai pot înconjura cu iubirea și protecția lor — sau, pe de altă parte, nu mai tinde să tremure în fața furiei, beției, văicărelilor sau certurilor lor. Oricare ar fi situația acasă, dincolo de pragul ei e pe cont propriu. Trebuie să se ridice în picioare în fața colegilor și să recite, să străbată coridoare lungi și deseori pe jumătate pustii sub privirea altor băieți și fete, dintre care mulți îi cunosc deja slăbiciunea. Așa că uneori transpiră automat, îi tremură mâinile, îi bubuie inima; fetele roșesc, li se umezesc hainele și le chiorăie stomacul. La ambele sexe are loc relaxarea unor sfinctere interne și externe și contractarea altora, în diferite configurații, iar pe termen lung, această reorganizare poate stabili care boală „psihosomatică" va juca un rol major în scenariul de viață. Jeder este resfincterizat.

F. Camera din față și camera dosnică

Ce se petrece în „camera din față" poate fi foarte diferit de ce se petrece în „camera dosnică", după cum arată următoarea anecdotă: Cassandra, fiica unui cleric, se îmbrăca în stilul neglijent, dar erotic în mod bizar al Sexului Învinșilor, iar viața ei arăta la fel: neglijentă, dar bizar de erotică. Era evident că tatăl ei o instruise într-un fel sau altul să fie seducătoare, dar mama n-o învățase tehnicile convenționale pentru așa ceva. Era de acord că mama nu i-a arătat cum să se îmbrace ori să-și cultive corpul, însă la început a negat că tatăl a învățat-o să fie sexi: „Era un om foarte cuviincios și foarte moral, așa cum trebuie să fie un cleric." După mai multe întrebări din partea terapeutului și a altor membri ai grupului privind atitudinea față de femei a tatălui ei, Cassandra a spus că era o atitudine foarte cuviincioasă și aprobatoare, doar că din când în când, tatăl ei se ducea în camera din spate împreună cu câțiva prieteni și spuneau bancuri sexi, care de obicei nu făceau cinste sexului feminin. Așadar, tatăl ei era foarte cuviincios în „camera din față", dar în „camera dosnică" își arăta o altă latură a personalității. Cu alte cuvinte, în camera din față își înfățișa Părintele sau băiețelul cuminte, iar în cea din spate, Copilul obraznic.

Copiii conștientizează foarte timpuriu faptul că părinții lor au mai multe laturi ale caracterului, dar nu știu cum să le evalueze decât când ajung la adolescență. Dacă în casa lor există un comportament în „camera din față" și altul în „camera dosnică", ei pot să considere că diferența face parte din ipocrizia lumii și s-o deteste. O femeie și-a scos în oraș, la cină, fiul de optsprezece ani, student, venit acasă de sărbători. Ea a comandat un martini, dar băiatului i-a spus că n-are voie să comande și el unul, cu toate că știa că-i place băutura, ba mai mult, făcea excese. Membrii grupului, care petrecuseră ore lungi ascultând-o cum se plânge de problema cu fiul ei și băutura, au fost de acord că ar fi fost mai bine dacă ea n-ar fi comandat de băut sau i-ar fi permis și lui să bea un pahar, dar că prin modul cum a procedat, îl pregătea pentru un scenariu de alcoolic.

În limbajul scenariilor, camera din față reprezintă antiscenariul, unde domnesc preceptele parentale, iar camera dos-

nică reprezintă scenariul, unde se întâmplă de fapt tot ce e mai palpitant.

G. Scenariu și antiscenariu

Adolescența e perioada în care Jeder oscilează, mai mult sau mai puțin chinuitor, între scenariu și antiscenariu. Încearcă să urmeze preceptele părinților, apoi se revoltă împotriva lor, pentru ca în final să constate că urmează scenariul stabilit de ei. Își dă seama cât de inutilă e lupta și se întoarce iarăși la precepte. La sfârșitul adolescenței, când termină facultatea spre exemplu sau își încheie stagiul militar, a ajuns deja la o hotărâre: fie se așază și urmează preceptele, fie se desprinde definitiv de ele și pornește la vale, spre răsplata scenariului său. Va merge probabil pe traseul ales până ajunge la patruzeci de ani, moment în care trăiește a doua rundă de chinuri. Dacă a urmat preceptele parentale, va încerca să se rupă de ele: divorțează, își dă demisia de la serviciu, fuge cu profitul companiei sau măcar își vopsește părul și-și cumpără o chitară. Dacă a mers în jos pe povârnișul scenariului, încearcă să se reformeze intrând în rândurile Alcoolicilor Anonimi sau mergând la psihiatru.

Dar adolescența e perioada în care simte pentru prima oară că poate să aleagă conștient; din păcate, acest simțământ de autonomie poate să facă parte din iluzie. De multe ori nu face decât să oscileze mai mult sau mai puțin între preceptele Părintelui părinților săi și provocările Copilului acestora. Adolescenții consumatori de droguri nu se revoltă neapărat împotriva autorității parentale. Ei se revoltă împotriva sloganelor Părintelui, dar e posibil ca pe această cale să urmeze pur și simplu ispitele demonice, „Copilul nebun" al acelorași părinți. „Nu vreau ca băiatul meu să bea", spune mama comandând ceva de băut. Dacă el nu bea, e băiat bun, băiatul mamei. Dacă bea, e băiat rău, dar tot băiatul mamei. „Să nu lași pe nimeni să-ți intre sub fustă", spune tatăl fiicei sale, privind fusta de chelneriță. Indiferent ce alege ea, rămâne oricum fata tatei. Poate să-și facă de cap în liceu și apoi să se reformeze sau poate să rămână virgină până se mărită și să aibă aventuri după aceea. Dar poate că undeva, între acestea două, băiatul și fata pot să hotărască singuri, să se elibereze de scenariu și să-și trăiască viața așa cum vor ei. Asta, mai ales dacă au permisiunea de a hotărî singuri, nu „permisiunea să hotărăști singur (atât timp cât hotărăști cum vreau eu)".

H. Imaginea despre lume

Copilul vede lumea foarte diferit de felul cum o văd părinții lui. E o lume de basm, plină cu monștri și magie, iar imaginea asta se păstrează pe tot parcursul vieții și formează fundalul arhaic al scenariului său. Un exemplu simplu e frica nocturnă sau groaza nocturnă, când Jeder strigă că e un urs în camera lui. Părinții vin, aprind lumina și-i arată că nu e nici un urs sau, dimpotrivă, se înfurie și-i spun să se potolească și să doarmă. Dar Copilul lui știe, și într-un caz, și în celălalt, că în cameră este sau a fost un urs. La fel ca Galileo, strigă: „Eppur si muove!" Diferența dintre cele două moduri de a aborda situația nu afectează realitatea ursului. Abordarea rațională înseamnă că atunci când e un urs în cameră, părinții vin, te apără și ursul se ascunde; abordarea furioasă înseamnă că atunci când e un urs în cameră, trebuie să te descurci singur. Dar oricum, ursul rămâne.

Pe măsură ce Jeder crește, imaginea lui despre lume (sau decorul scenariului) devine mult mai complexă și, de asemenea, mult mai bine ascunsă — doar dacă nu cumva reapare cu distorsiunile inițiale, sub forma maniilor. Însă de obicei nimic nu o dezvăluie, până nu apare într-un vis; abia atunci, brusc, o mare parte a comportamentelor pacientului devin coerente și inteligibile. Wanda își făcea griji din cauza pro-

blemelor cu banii, fiindcă soțul ei intra mereu în încurcături financiare complexe, jenante, cu diferiții săi angajatori. Când alți membri ai grupului comentau unele din acțiunile lui, Wanda îl apăra, mânioasă. O preocupa de asemenea foarte mult calitatea alimentației familiei ei. La drept vorbind, n-avea motive de îngrijorare, din moment ce părinții ei erau înstăriți și putea să împrumute oricând bani de la ei. Timp de aproape doi ani, terapeutul n-a reușit să-și construiască în minte o imagine coerentă a ceea ce se întâmpla — până când, într-o noapte, Wanda a avut un „vis de scenariu". În vis, trăia „într-un lagăr de concentrare, administrat de niște oameni bogați, care locuiau în vârful dealului". Singura cale de a obține suficientă mâncare era fie de a le face pe plac acelor oameni bogați, fie de a-i păcăli.

Cu ajutorul visului, viața ei a putut fi înțeleasă mai ușor. Soțul Wandei juca „Hai să-l șmecherim pe Joey" cu angajatorii lui, pentru ca ea să poată juca „Asigurarea traiului de zi cu zi". Dacă reușea vreodată să câștige ceva bani, soțul avea grijă să-i piardă cu prima ocazie, așa încât jocurile să poată continua. Când situația se înrăutățea din cale-afară, Wanda intra în scenă și-l ajuta să-i șmecherească pe părinții ei. Spre marea lor dezamăgire, pe termen lung, angajatorii lui și părinții ei reușeau de fiecare dată să controleze în cele din urmă situația. Wanda a trebuit să nege cu furie toate acestea la grup fiindcă erau atât de neprofitabile încât, dacă ar fi recunoscut că sunt adevărate, jocurile ar fi fost anulate (ceea ce s-a și întâmplat până la urmă). Astfel, viața ei reală semăna bine cu cea din vis, părinții ei și angajatorii soțului fiind bogătașii de pe deal, care-i conduceau viața și pe care trebuia să-i mulțumească ori să-i păcălească pentru a supraviețui.

Lagărul de concentrare reprezintă imaginea ei despre lume sau decorul scenariului. Wanda trăia în realitate așa cum ar fi trebuit să trăiască dacă s-ar fi aflat într-un lagăr de concentrare. Până la momentul visului, terapia ei ilustra situația tipică a „progreselor". Făcuse mari progrese, dar acum era limpede ce însemnau ele: „cum să trăiești mai bine

într-un lagăr de concentrare" și nimic mai mult; nu aveau efect asupra scenariului ei, ci doar o ajutau să-l trăiască mai comod. Ca să se facă bine, Wanda trebuia să iasă din lagăr și să-și ocupe locul în lumea reală, care era confortabilă pentru ea sau cel puțin avea să fie, după ce se puneau în ordine afacerile familiei. E interesant de observat că ea și soțul ei s-au ales unul pe altul pe baza scenariilor complementare. Scenariul lui cerea existența unor oameni bogați care să fie trași pe sfoară și o nevastă speriată. Al ei cerea un bărbat șmecher care să-i facă viața mai ușoară în captivitate.

De obicei, decorul scenariului e atât de departe de viața reală a pacientului, încât nu poate fi nicicum reconstituit pe baza simplelor observații sau interpretări. Cele mai mari șanse de a obține o imagine mai clară asupra decorului este prin intermediul unui vis. „Visul cu decorul scenariului" e ușor de recunoscut pentru că imediat ce pacientul îl relatează, se clarifică multe lucruri. Ca imagistică nu se aseamănă cu modul real de viață al pacientului, dar din punct de vedere tranzacțional e o copie fidelă. O femeie care căuta mereu „o cale de ieșire" a visat că e urmărită și găsește un tunel cu podeaua înclinată descendent. S-a strecurat în tunel, iar oamenii care o urmăreau n-au putut să intre după ea. Au rămas la intrare, de pază, sperând că ea va ieși la un moment dat. Însă femeia a descoperit că la celălalt capăt al tunelului stătea alt grup de oameni periculoși, care o așteptau. Așa se face că nu putea nici să înainteze, nici să se întoarcă; în același timp, dacă se relaxa, ar fi alunecat direct în brațele celor care o așteptau la capătul celălalt. Așa că trebuia să se sprijine cu palmele de pereții tunelului, și cât timp făcea acest lucru, era în siguranță.

În limbajul scenariului, se poate spune că femeia își petrecuse mai toată viața într-un tunel, în poziția aceea încordată; din atitudinile ei și din evenimentele de viață anterioare părea clar că în finalul scenariului, va obosi să stea agățată astfel și va aluneca la vale, în brațele morții. Și ea făcuse „progrese" considerabile pe parcursul terapiei, până la momentul

visului. Traduse, progresele însemnau „cum să te simți mai confortabil în timp ce stai agățată de pereții unui tunel și aștepți moartea". Vindecarea de scenariu presupunea ca ea să iasă din tunel și să-și ocupe locul în lumea reală — confortabilă și în cazul său. Tunelul reprezenta decorul scenariului ei. Desigur că visul poate avea multe alte interpretări, după cum își dă seama orice boboc care a făcut un curs de introducere în psihologie. Dar interpretarea din perspectiva scenariului este importantă, fiindcă-i spune terapeutului și celorlalți membri ai grupului, ca și femeii și soțului ei, cu ce se confruntă și ce trebuie făcut și, totodată, arată că „progresele" nu sunt de ajuns.

Probabil că scena tunelului a rămas neschimbată din copilăria mică, din moment ce pacienta a mai avut de multe ori acest vis. Scena lagărului de concentrare este, evident, o adaptare ulterioară a unui coșmar din copilărie pe care Wanda nu și l-a putut aminti. De bună seamă, ea se baza pe experiențe timpurii modificate prin lecturi și fantasme din adolescență. Așadar, adolescența e perioada în care cumplitele tuneluri din primii ani de viață primesc o formă mai realistă, contemporană, și formează decorul operațional pentru planul de viață al pacientului. Faptul că Wanda n-avea nici o tragere de inimă să cerceteze „șmecheriile" soțului ei arată cu câtă tenacitate se agață oamenii de decorul scenariului lor, protestând în același timp cât de dezagreabil este el.

Un decor de scenariu ce poate rămâne neschimbat o viață întreagă e baia. În capitolul anterior am dat exemplul femeii al cărei Copil își petrecea viața șezând pe toaletă, chiar și în timp ce corpul ei stătea lungit pe canapea. În cazul ei, progresul însemna „cum să ai o viață socială mai bogată și să te distrezi la petreceri când porți toaleta cu tine oriunde te-ai duce". Însănătoșirea presupunea ca ea să se ridice, să iasă din baie și să-și abandoneze veceul securizant — lucru pe care ezita să-l facă. O altă fată, care se plângea că nu se simte în largul ei în prezența altor oameni, își ducea existența prevăzută de scenariu ghemuită pe o mică ieșitură de pe versantul unei stânci abrupte. Avea o stâncă portabilă, pe care o ducea cu ea peste tot. Putea să facă progrese, fiind mai fericită cum stătea ghemuită pe stâncă, sau să se însănătoșească, să coboare de acolo și să danseze împreună cu restul oamenilor.

I. Tricoul inscripționat

Toate elementele pe care le-am prezentat până aici pe parcursul acestui capitol se condensează în purtarea pacientului, în felul cum e perceput, iar asta se numește „tricoul inscripționat". Printr-o expresie sau două extrem de creative, artistice și economice, tricoul inscripționat dezvăluie privirii cunoscătoare ocupația de timp liber preferată a pacientului, jocul și sentimentul-concesiune, porecla, activitățile din camera din față și din cea dosnică, în ce fel de lume mentală trăiește, ce fel de final prevede scenariul lui și, uneori, sfincterul de bază, eroul și totemul.

De obicei, tricoul inscripționat e adoptat în anii de liceu și în primii ani de facultate, vârsta când astfel de obiecte vestimentare sunt la mare trecere. Ulterior poate să fie brodat sau să i se schimbe puțin formularea, dar esența semnificației rămâne neschimbată.

Toți clinicienii competenți, indiferent cărei școli îi aparțin, au o trăsătură comună: sunt buni observatori. Din moment ce toți observă același lucru — comportamentul uman —, trebuie să existe asemănări în ceea ce văd și cum își interpretează și explică observațiile. Astfel, ideea psihanalitică[65] de „apărare caracterială" sau „armură caracterială", conceptul jungian[66] de „atitudine", ideea adleriană[67] de „minciună a vieții" sau „stil de viață" și metafora tranzacțională a „tricoului inscripționat" descriu fenomene foarte asemănătoare.*

---

65 Reich, W. *Character Analysis*. Farrar, Strauss & Company, New York, ediția a treia, 1949.

66 Jung, C.G. *Psychological Types. Loc. cit.*

67 Adler, A. *op. cit.*

* Mulți psihanaliști consideră că expresia „jocuri tranzacționale" e un simplu sinonim pentru apărările caracteriale. Însă lucrurile nu stau

Un tricou inscripționat autentic („Îngerii iadului", „Ratații", „Panterele negre", „Echipa de atletism Harvard" sau chiar „Beethoven") arată cărui grup îi aparține persoana și dă unele indicii cu privire la filosofia sa și ce reacții e probabil să aibă la anumiți stimuli, dar nu indică exact în ce fel va încerca să păcălească pe cineva și la ce răsplată se așteaptă. E clar, spre exemplu, că mulți membri ai primelor trei grupuri menționate mai sus sunt în barca „Duceți-vă dracului!", dar fără a cunoaște intim (în sensul clinic) fiecare membru nu se poate anticipa care dintre ei vrea să fie ucis ca să devină martir, care vrea doar să fie manevrat cu duritate ca să poată țipa „Brutalitate din partea poliției!" și care e cinstit. Tricoul inscripționat arată atitudinea colectivă a grupului și jocurile comune, dar fiecare membru își joacă propriul scenariu, cu propria răsplată individualizată.

Tricoul inscripționat tranzacțional sau al scenariului este atitudinea demonstrată clar prin purtarea persoanei — la fel de clar ca și când ar purta un tricou pe fața căruia ar fi imprimat sloganul scenariului ei. Dintre tricourile inscripționate frecvent întâlnite sunt: „Lovește-mă", „Nu mă lovi", „Sunt mândru că sunt alcoolic", „Uite cât de tare mă străduiesc", „Dă-mi pace", „Sunt fragilă" și „Vrei o doză?" Unele tricouri poartă un mesaj în față, iar pe spate o „întorsătură": de exemplu, o femeie proiectează imaginea „Caut un soț", dar când se întoarce cu spatele, tricoul ei spune clar: „Dar tu nu îndeplinești cerințele." Bărbatul căruia-i scrie pe frunte „Sunt mândru că sunt alcoolic" ar putea să aibă scris pe spate „Dar nu uita că e o boală". Transsexualii poartă tricouri deosebit de bătătoare la ochi, având pe față sloganul „Nu-i așa că sunt fascinant?", iar pe spate: „Nu ajunge?"

Alte tricouri inscripționate descriu un mod de viață mai „elitist". „Nu știe nimeni câte nenorociri am trăit" (NSNNT)

---

deloc așa. Tricoul inscripționat este apărarea caracterială. Jocurile aparțin sistemului deschis al psihologiei sociale, nu sistemului energetic închis pe care l-a descris Freud.

e o frăție cu multe ramuri, una dintre ele fiind Clubul Evreilor Melancolici. Un marțian își poate imagina acest club sub forma unei clădiri mici din lemn, cu mobilier puțin și uzat. Pe pereți nu sunt tablouri, ci doar un motto înrămat, care spune: „Ce-ar fi să te sinucizi astăzi?" Există o bibliotecă mică, în care se găsesc rapoarte statistice și cărți scrise de filosofi pesimiști. Partea esențială la NSNNT nu e cantitatea totală a nenorocirilor, ci faptul că „Nu știe nimeni". Membrii NSNNT au totodată mare grijă să nici nu afle nimeni vreodată, fiindcă dacă ar afla cineva, ei n-ar mai putea spune „Nu știe nimeni", iar tricoul inscripționat nu și-ar mai avea rostul.

De obicei, tricoul inscripționat derivă dintr-un slogan preferat al părinților, cum ar fi: „Nimeni pe lume nu te va iubi cum te iubesc mama și cu tata." Această inscripție resemnată, de simplă târâială chinuită de la o zi la alta, este disjunctivă, ea având simplul rol de a-l despărți pe cel care-o poartă de oamenii din jurul lui. Ea poate să devină conjunctivă și să atragă oameni în loc să-i respingă, conducând la ocupații de timp liber și jocuri din categoria „Nu-i așa că-i groaznic", suferind doar o modificare simplă și devenind „Nimeni nu mă iubește la fel de mult ca mama și tata". Pe ceilalți îi atrage ceea ce scrie pe spatele tricoului: „La tine cum e?"

În continuare vom prezenta detaliat două tricouri inscripționate frecvent întâlnite și vom încerca să demonstrăm utilitatea acestui concept pentru predicția anumitor comportamente.

Nu poți avea încredere în nimeni

Există anumiți oameni care te fac să pricepi foarte repede că ei n-au încredere în nimeni. Adică așa vorbesc despre viață, dar comportamentul lor nu e întru totul conform cu spusele, pentru că de fapt sunt oameni mereu „încrezători",

numai că de obicei lucrurile sfârşesc prost. Conceptul de tricou inscripţionat are un avantaj faţă de cele mai naive de „apărare caracterială", „atitudine" şi „stil de viaţă", pentru că acestea tind să ia lucrurile aşa cum se prezintă ele, în timp ce adeptul analizei tranzacţionale e obişnuit să caute înainte de toate trucul sau paradoxul şi, când îl găseşte, nu e surprins, ci mulţumit. Asta e ceea ce caută când dă peste un tricou inscripţionat şi asta îi conferă avantajul terapeutic. Altfel spus, analiştii caracterului analizează foarte eficient faţa tricoului inscripţionat, dar nu se uită şi pe spate, unde e scris sloganul jocului sau „întorsătura" — ori cel puţin le ia foarte multă vreme să ajungă la el, în timp ce analistul jocului îl caută chiar de la început.

Aşadar, inscripţia „Nu poţi avea încredere în nimeni" (sau „Nu poţi avea încredere în nimeni în ziua de azi", NPAINZA) nu e luată în sensul literal. Ea nu înseamnă că purtătorul ei evită complicaţiile cu oamenii pentru că nu are încredere în ei, ci dimpotrivă, înseamnă că va căuta complicaţii cu scopul expres de a-şi demonstra sloganul şi de a-şi întări poziţia (Eu sunt OK — Ei sunt ne-OK). Aşadar, cel care joacă NPAINZA alege oameni nedemni de încredere, încheie contracte ambigue cu ei şi apoi, când lucrurile ies prost, adună cu recunoştinţă, ba chiar bucuros, cupoane maro, confirmându-şi astfel poziţia „Nu poţi avea încredere în nimeni". În cazurile extreme se poate simţi îndreptăţit la o omucidere „gratis", justificată de trădările repetate din partea unor oameni nedemni de încredere, aleşi cu grijă tocmai pe acest criteriu. După ce a adunat suficiente cupoane maro pentru o asemenea recompensă, jucătorul de NPAINZA îşi poate alege drept victimă o persoană complet necunoscută, poate un personaj public, a cărui ucidere intră în categoria „asasinat".

Alţi jucători de NPAINZA ar putea să profite de o asemenea întâmplare pentru a dovedi că „autorităţile", ca de pildă poliţiştii care-l arestează pe asasin, sunt nedemne de încredere. Poliţiştii, desigur, îşi câştigă existenţa cu NPAINZA; neîncrederea generalizată ţine de cerinţele meseriei lor. Astfel începe un turnir în care jucătorii de NPAINZA amatori sau semiprofesionişti se confruntă cu profesioniştii. Strigătele de luptă ale unui astfel de turnir — „înscenare", „cod" şi „conspiraţie" — se pot prelungi ani sau chiar secole la rând, obiectivul fiind demonstrarea unor afirmaţii de tipul: „Homer nu era cu adevărat Homer, ci alt om cu acelaşi nume", „Raisuli o iubea pe Pericardis" şi „Gavrilo Princip nu era cu adevărat Gavrilo Princip, ci alt om cu acelaşi nume".

Iată ce informaţii oferă tricoul NPAINZA despre individul care-l poartă: Ocupaţia sa principală de timp liber este discutarea înşelătoriilor. Jocul preferat e NPAINZA, menit să demonstreze că ceilalţi nu sunt demni de încredere. Simţământul lui preferat e cel de triumf: „Acum te-am prins, ticălosule!" Poartă porecla Cagey (aproximativ „Cuşcă"), iar sfincterul cel mai important e anusul („Păzeşte-ţi fundul, că altfel o păţeşti!"). Eroul lui e omul care dovedeşte că „autorităţile" nu sunt demne de încredere. Faptele sale din camera din faţă poartă amprenta îndreptăţirii sau a sincerităţii, pe când în camera din spate complotează şi e nedemn de încredere (cazul proprietarei de imobil care spunea cu un aer îndreptăţit: „În ziua de azi nu mai poţi avea încredere în nici un chiriaş; chiar acum câteva zile căutam prin sertarele unuia şi nu-ţi poţi închipui ce am găsit!"). Lumea sa mentală e o lume a dreptăţii personale, în care are dreptul să facă tot felul de lucruri îndoielnice, cu condiţia ca scopul să fie demascarea necinstei altora. Scenariul său cere să-i vină de hac o persoană în care se încrede, aşa încât să-şi poată striga, cu ultima răsuflare, sloganul: „Ştiam eu! Nu poţi avea încredere în nimeni în ziua de azi!"

Aşadar, inscripţia de pe faţa tricoului său, „Nu poţi avea încredere în nimeni în ziua de azi!", e o invitaţie pasivă, adresată oamenilor cu intenţii bune — cum ar fi terapeuţii nepuşi în temă —, de a demonstra că ei fac excepţie. Dacă nu fac efortul de a căuta de la început, abia după ce praful bătăliei se aşază şi jucătorul victorios pleacă de pe teren văd şi ei ce scrie pe spatele tricoului acestuia: „Acum poate ai să mă

crezi." Însă și dacă terapeutul e vigilent, tot trebuie să aibă grijă să nu acționeze prea rapid; altfel, pacientul va spune: „Vezi, nu pot avea încredere nici măcar în tine!" Apoi va pleca, învingător și de data asta, fiindcă întorsătura a rămas valabilă.

Nu așa face toată lumea?

Teza centrală a acestei atitudini în fața vieții spune: „E acceptabil să faci pojar, din moment ce face toată lumea." Sigur că nu e acceptabil, din moment ce pojarul poate fi periculos. Un exemplu clasic al „Nu așa face toată lumea?" l-a dat o femeie dependentă de irigații colonului, care a venit la terapia de grup. A început să vorbească despre peripețiile ei la salonul de irigații și toată lumea a ascultat cu răbdare, până când cineva a întrebat: „Ce sunt irigațiile colonului?" Femeia a părut surprinsă să afle că într-o încăpere pot exista atât de mulți oameni care nu fac irigații. „Nu așa face toată lumea?" Părinții ei făceau, și majoritatea prieteniilor le legase la salonul de irigații. Principalul subiect de conversație la clubul ei de bridge consta în compararea saloanelor de irigații.

Tricoul cu inscripția „Nu așa face toată lumea?" se numără printre preferate în perioada liceului, mai ales în rândul majoretelor și a băieților porniți la agățat, și chiar și la vârsta aceea poate să aibă conotații sinistre dacă e întărit de părinți acasă ori de profesori la școală. Este util și în afaceri, fiind exploatat intens de antreprenorii de pompe funebre și, într-o manieră mai puțin sumbră, de agenții de asigurări. În mod interesant, mulți agenți de bursă — care sunt aproape la fel de conservatori ca antreprenorii de pompe funebre — se feresc de el. Expresia-cheie al acestei inscripții, care-i conferă încărcătura politică explozivă, este „Toată lumea". Cine e „toată lumea"? Pentru purtătorul tricoului, „toată lumea" înseamnă „Oamenii pe care îi consider OK, între care sper că mă număr

și eu". Din acest motiv, purtătorii acestei inscripții au de obicei două tricouri, pe care le poartă alternativ, în funcție de ocazie. Pe cel cu „Nu așa face toată lumea?" îl poartă când merg între străini, dar când se află cu persoane pe care le admiră, poartă ori „Cum mă descurc?", ori „Cunosc oameni importanți". Acești oameni sunt adepți înfocați a ceea ce la Sinclair Lewis a devenit Babbittism[68*], iar Alan Harrington a numit satiric „centralism" — doctrina potrivit căreia locul cel mai sigur se află întotdeauna drept în mijloc; eroul lui Harrington a dus centralismul la asemenea perfecțiune, încât reușea să vândă o poliță de asigurări la fiecare aproximativ treizeci de secunde.[69]

Pentru purtătorul acestui tricou inscripționat, ocupația preferată de timp liber e „Și eu la fel", iar jocul favorit, „Vino să afli" că de fapt „nu toată lumea" face așa, ceea ce știa de la bun început. Prin urmare, simțământul său preferat e acela de a fi luat prin surprindere (prefăcută). Poartă porecla Creepy („monstru", dar și „tiptil"), iar eroul lui e cel care-i obligă pe toți să respecte regulile. În camera din față face ceea ce crede că fac oamenii OK și-i evită ostentativ pe cei ne-OK, pe când în camera din spate comite fapte ciudate sau chiar oribile. Trăiește într-o lume în care nu-l înțelege nimeni în afară de tovarășii săi, iar scenariul prevede că-i va veni de hac una dintre greșelile lui ascunse. Nu protestează prea mult când îi vine sfârșitul, fiindcă simte că, la drept vorbind, îl merită, în conformitate cu propriu-i slogan: „Cine încalcă regulile respectate de Toată Lumea trebuie să suporte consecințele." Asta e și întorsătura de pe spatele tricoului său: „Tipul ăsta e altfel — precis e țicnit, comunist sau altceva asemănător."

Strâns legată de tricoul inscripționat e piatra de mormânt, la care ne vom referi în capitolul următor.

---

68 Lewis, S. *Babbitt*. Harcourt, Brace and World, New York, 1949.

* *Babbitt*, roman clasic semnat de Sinclair Lewis, romancier și dramaturg american, având drept temă principală conformismul și lipsa de substanță a stilului de viață american (*N.t.*).

69 Harrington, A. *Revelations of Dr. Modesto*. Alfred A. Knopf, New York, 1955.

Capitolul 10
MATURITATEA ȘI MOARTEA

A. Maturitatea

Maturitatea poate fi definită în patru moduri. (1) Proba legii. O persoană este considerată matură când e competentă mental și a împlinit vârsta de douăzeci și unu de ani. Potrivit legii ebraice, băiatul devine bărbat la împlinirea vârstei de treisprezece ani. (2) Proba prejudecăților parentale. O persoană este matură când face cum spun eu și imatură dacă face cum vrea ea. (3) Proba inițierii. O persoană este considerată matură după ce trece anumite teste. În societățile primitive, testele sunt dure și tradiționale. În țările industriale, individul își primește certificatul de maturitate când își ia permisul de conducere. În cazurile speciale i se aplică teste psihologice, în urma cărora psihologul îi certifică maturitatea sau imaturitatea. (4) Proba vieții. Pentru analistul de scenarii, maturitatea se testează prin intermediul evenimentelor externe. Testele încep când persoana se află pe punctul de a ieși din mediul supervizat, ferit, și lumea îl pune la încercare în condițiile alese de ea. Asta se întâmplă în ultimul an de facultate, ultimul an de ucenicie, la promovare sau la eliberarea pe cauțiune, la sfârșitul lunii de miere sau în oricare alt moment când apare prima ocazie de eșec sau succes, în competiție sau cooperare deschisă, în ton cu scenariul.

Din acest punct de vedere, reușitele și eșecurile obișnuite în viață depind de permisiunile parentale. Jeder are sau nu voie să-și termine facultatea ori ucenicia, să rămână căsătorit, să nu mai bea, să fie promovat, ales sau eliberat condiționat,

să se ferească de spitalul de psihiatrie sau să se facă bine dacă urmează o psihoterapie.

Pe parcursul școlii primare, a liceului și în primii ani de facultate, el are posibilitatea să supraviețuiască eșecurilor și chiar tribunalului pentru minori și școlii de corecție, mai ales în această țară, unde minorilor li se acordă adesea a doua șansă. Chiar și așa, în rândul adolescenților se înregistrează un mic număr de sinucideri[70], omucideri și dependențe de substanțe și un număr mai mare de accidente auto și psihoze opționale. În țările mai puțin indulgente, neacceptarea într-o universitate și infracțiunile din cazier sunt reale și o astfel de pată ajunge ca să stabilească traseul individului pentru tot restul vieții sale. Însă în cea mai mare parte, eșecurile din tinerețe sunt repetiții, nu spectacole cu public, iar jocul pe mize reale începe abia după vârsta de douăzeci de ani.

B. Ipoteca

Pentru a juca pe miză reală, a se pune la încercare și a afla cine este, Jeder trebuie să facă o ipotecă. În țara aceasta, el devine bărbat abia după ce depune avansul pentru o casă, face împrumuturi consistente ca să-și pornească o afacere sau se îndatorează pe toată perioada vieții sale active profesional pentru a-și crește copiii. Oamenii fără ipoteci sunt considerați lipsiți de griji, frumoși sau norocoși, dar nu reali. Reclamele bancare de la TV înfățișează ziua cea mare din viața lui Jeder: ziua în care-și ipotechează veniturile pe următorii douăzeci-treizeci de ani ca să-și cumpere o casă. În ziua achitării ultimei rate, e gata să-și părăsească locuința și să se mute la azilul de bătrâni. Acest pericol poate fi evitat dacă face o ipotecă și mai mare, pentru o casă și mai mare. În alte părți

70 Rata sinuciderilor crește aproximativ cu vârsta și este mai scăzută la persoanele de sex feminin decât la cele de sex masculin la toate vârstele, cu excepția adolescenței.

ale lumii, Jeder se poate ipoteca pentru o soție. Așa cum tânărul american poate să devină, dacă muncește pe rupte, „posesorul" sau datornicul unei case în valoare de 50 000 de dolari, la fel, tânărul din Noua Guinee poate deveni „posesorul" sau datornicul unei soții în valoare de 50 000 de cartofi. Dacă-și achită datoria prea repede, poate opta să treacă la modelul mai încăpător, de 100 000 de cartofi.

Majoritatea societăților bine organizate le oferă tinerilor, într-un fel sau altul, o cale de a se ipoteca și, astfel, de a da un sens vieții lor. În caz contrar, s-ar putea să-și petreacă timpul simțindu-se bine, cum se mai întâmplă și acum în câteva locuri din lume, situație în care nu e deloc simplu să diferențiezi învingătorii de învinși. Cu sistemul ipotecilor, populația se împarte în două foarte ușor. Oamenii care n-au destul curaj ca să se ipotecheze sunt învinșii (potrivit celor care conduc sistemul). Cei care-și petrec viața achitând ipoteca, în așa fel încât nu reușesc niciodată să înainteze prea mult, alcătuiesc majoritatea tăcută a neînvingătorilor. Iar cei care acordă ipotecile sunt învingătorii.

Oamenii pe care nu-i interesează ipotecile pe bani sau pe cartofi au o altă variantă: dependența de substanțe. În felul ăsta, corpul lor e ipotecat pe viață și ipoteca nu poate fi achitată complet niciodată, așa că acești oameni joacă întotdeauna pe miză reală.

C. Dependențele

Calea cea mai simplă și mai directă de a deveni un învins adevărat este cea a infracțiunii, jocului patologic și dependenței de substanțe. Infractorii se împart în două tipuri: învingătorii, care sunt profesioniști și ajung la închisoare rareori sau chiar niciodată, și învinșii, care urmează porunca: „Să nu care cumva să te distrezi!" Învinșii se distrează cum pot câtă vreme sunt în libertate, dar apoi își urmează scenariul petrecând

ani anoști la închisoare. Dacă sunt eliberați în urma ispășirii condamnării, condiționat sau din motive procedurale, reușesc în scurt timp să fie închiși la loc.

Jucătorii patologici pot fi și ei învingători sau învinși. Învingătorii joacă cu grijă și-și pun deoparte sau își investesc banii. Le place să iasă din joc cât încă mai au o situație bună. Învinșii joacă la inspirație, curtând norocul și dacă, din întâmplare, câștigă, se descotorosesc de câștig cât de repede pot, uneori urmând renumitul slogan: „O fi măsluit, dar e singurul joc din târg." Dacă au permisiunea de a fi învingători, câștigă, dar altfel sunt obligați să piardă. Un jucător patologic n-are nevoie de analiză a motivelor care-l împing să joace, fiindcă asta rareori dă rezultate, ci de permisiunea de a nu mai fi un învins. Dacă o obține, ori va înceta să joace, ori va continua și va câștiga.

Influența mamei se vede cel mai limpede la anumite tipuri de dependenți de substanțe. După cum arătam anterior, ei sunt încurajați prin sloganul: „Heroină, neheroină, ce importanță are, dacă-și iubește mama?" Astfel de oameni au nevoie de permisiunea de a înceta să consume droguri, ceea ce înseamnă permisiunea de a-și părăsi mama și de a se lansa pe cont propriu — exact ceea ce oferă popularul program Synanon*. La porunca maternă din scenariu „Nu mă părăsi!", Synanon replică: „Stai aici."

Același lucru este valabil și în cazul alcoolicilor și al Asociației Alcoolicilor Anonimi. Claude M. Steiner[71] a descoperit că aproape toți alcoolicii fuseseră analizați, rugați cu binișorul sau amenințați ca să renunțe la băutură, dar nici unuia

* Inițial un program de reabilitare a dependenților de substanțe, introdus în anul 1958 de Charles Dederick Sr., în localitatea Santa Monica din California. La început presupunea ca participanții să locuiască timp de doi ani în spațiul care le era pus la dispoziție, dar în scurt timp s-a transformat în program de reabilitare pe viață și totodată în comunitate alternativă. În anii 1970 a devenit „Biserica Synanon", desființată la începutul anilor 1990 (*N.t.*).

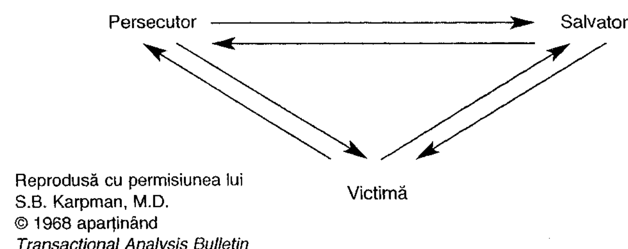
71 Steiner, C.M. „The Alcoholic Game". *Transactional Analysis Bulletin* 7: 6-16, Ianuarie 1968.

dintre cei de care s-a ocupat el nu i s-a spus simplu: „Încetează cu băutura!" Duelurile lor anterioare cu terapeuții se bazaseră pe sloganuri ca: „Hai să analizăm de ce bei", „Ce-ar fi să nu mai bei?" sau „Dacă o ții tot așa cum băutura, îți faci rău!" Toate acestea au un efect diferit față de simplul imperativ „Încetează cu băutura!" Cel care joacă „Alcoolicul" e cât se poate de dispus să petreacă ani întregi analizând motivele pentru care bea sau explicând cu regret cum s-a apucat din nou după ce renunțase, cu condiția ca în acest timp să poată bea în continuare. Amenințarea că-și face rău e cea mai naivă și mai puțin eficientă dintre toate, fiindcă el tocmai asta încearcă să facă, dând curs poruncii din scenariul său, „Omoară-te!" Amenințările nu fac decât să-i sporească satisfacția, oferindu-i detalii oripilante ale modului exact în care-și provoacă moartea și asigurându-l că va reuși să îndeplinească destinul cerut de maică-sa. Alcoolicului îi trebuie mai întâi permisiunea de a înceta să mai bea, dacă poate s-o primească, și apoi un angajament Adult clar și ferm să înceteze, dacă și-l poate lua.

D. Triunghiul dramei

În perioada maturității, caracterul dramatic al scenariului înflorește pe deplin. În viață, ca și în teatru, drama se bazează pe „comutări", iar acestea au fost rezumate elegant de Stephen Karpman[72] într-o diagramă simplă, numită de el „Triunghiul dramei", prezentată în figura 12. Orice erou dintr-o piesă de teatru sau din viața reală (protagonistul) joacă inițial unul din cele trei roluri principale: de Salvator, Persecutor sau Victimă, celălalt jucător principal (oponentul) având unul din celelalte două. Când se produce o criză, cei doi jucători își schimbă locul în triunghi, comutând astfel și rolurile. Una

[72] Karpman, S. „Fairy Tales and Script Drama Analysis". *Transactional Analysis Bulletin* 7: 38-43, Aprilie 1968.



Reprodusă cu permisiunea lui S.B. Karpman, M.D. © 1968 aparținând *Transactional Analysis Bulletin*

Triunghiul dramei
Figura 12

dintre comutările cele mai frecvent întâlnite se produce la divorț. În timpul căsătoriei, spre exemplu, soțul este persecutorul, iar soția joacă rolul victimei. Rolurile se schimbă odată cu deschiderea acțiunii de divorț: soția devine persecutorul, iar soțul, victima, avocatul lui și avocatul ei jucând rolul salvatorilor adversari.

De fapt, toate conflictele din viață sunt lupte pentru schimbarea poziției în triunghi, în conformitate cu cerințele scenariului. Astfel, infractorul își persecută victima; aceasta depune o plângere și devine pe această cale reclamant sau persecutor, infractorul transformându-se în victimă. Dacă e prins, poliția devine și ea persecutorul lui. Infractorul angajează un avocat, care-l persecută pe polițist. Într-un viol întrerupt, pe perimetrul triunghiului are loc o adevărată cursă. Infractorul care persecută fata-victimă devine victima polițistului salvator. Avocatul infractorului încearcă să-și salveze clientul persecutându-i pe fata-victimă și pe polițist. Basmele, prelucrate ca niște vise, evidențiază exact această trăsătură. Scufița Roșie, spre exemplu, este victima lupului persecutor până când o salvează vânătorul, după care ea devine brusc persecutor, băgând pietre în burta lupului devenit victimă.

În dramele prevăzute de scenarii există și două roluri minore, Relația (în original, *The Connection*) și Manipulatul (în original, *The Patsy*), pe care le poate prelua oricare dintre cele trei personaje principale. Relația e persoana care pune la

dispoziție ceea ce este necesar pentru comutare, de obicei contra unui preț, și este întru totul conștientă de rolul său: omul care vinde băutură, droguri, influență sau arme. Arma, de exemplu, deseori numită „egalizator", transformă un laș (victima) într-un lăudăros (persecutorul) sau face comutarea de la defensivă la ofensivă. Manipulatul este prezent pentru a fi păcălit să împiedice comutarea sau s-o accelereze. Manipulații clasici sunt jurații, iar cei mai bătători la ochi sunt mamele care plătesc pentru ca băieții lor să nu intre la închisoare. Uneori, Manipulatul este pasiv și nu face decât să joace rolul de momeală pentru comutare, ca bunica Scufiței Roșii. (Comutarea la care ne referim aici este aceeași cu cea inclusă în formula jocurilor, prezentată în capitolul 2.)

Pe lângă comutările de rol, teoria lui Karpman conține multe variabile interesante. Între acestea se numără comutările spațiale (privat-public, deschis-închis, aproape-departe), care precedă comutările de rol, le provoacă sau urmează după ele, și viteza scenariului (numărul de comutări de rol pe unitatea de timp dată). Așadar, gândirea lui merge mult dincolo de rolurile inițiale așa cum le-am descris în jocul „Alcoolicului"[73] și scoate la lumină numeroase aspecte fascinante din viață, psihoterapie și teatru.

E. Speranța de viață

Un studiu recent asupra cauzelor decesului a ajuns la concluzia că mulți oameni mor când sunt pregătiți și că tromboza coronariană, spre exemplu, poate fi provocată aproape după voie[74]. E cu siguranță adevărat că în planul de viață al majorității oamenilor este prevăzută o anumită durată a

[73] Berne, E. *Games People Play. Loc. cit.*

[74] Potrivit deceselor premature survenite în urma unei pierderi grele, descrise de W.D. Rees și S.G.: Lutkins în *British Medical Journal* 4: 13, 7 Octombrie 1967, și prezentate în rezumat în *Current Medical Digest*, Martie 1968.

vieții. Întrebarea-cheie aici este: „Cât ai să trăiești?" De obicei, durata vieții presupune un element de competiție. De exemplu, Copilul unui bărbat al cărui tată a murit la patruzeci de ani se poate să nu aibă permisiunea de a trăi mai mult decât părintele său și, pe tot parcursul celui de-al patrulea deceniu de viață, va trăi într-o stare de vagă neliniște. Devine tot mai conștient că se așteaptă la cel mai serios mod să moară înainte de a împlini patruzeci de ani, iar perioada cea mai grea va fi anul dintre a treizeci și noua și a patruzecea aniversare, după care felul său de viață se poate schimba în patru moduri: (1) Trece la un stil de viață mai relaxat fiindcă a trecut de vârsta periculoasă și a supraviețuit. (2) Intră în depresie fiindcă, supraviețuind, a încălcat porunca din scenariu și, în consecință, a pierdut iubirea mamei. (3) Trece la un stil de viață mai agitat, pentru că acum timpul pe care-l trăiește nu-i mai aparține, e de împrumut, și moartea îl poate ajunge în orice clipă. (4) Se retrage, fiindcă amânarea primită e temporară și va fi anulată dacă e prins că se distrează. Este evident că (1) are permisiunea de a trăi mai mult decât tatăl său, dacă reușește, (2) nu are permisiunea, (3) are permisiunea să scape nepedepsit cu ce poate, iar (4) are permisiunea de a negocia. De fapt, (4) este un exemplu excelent de contract unilateral cu Dumnezeu, la care ne-am referit anterior, din moment ce, fără a-l consulta pe Dumnezeu, el crede că știe cum să-L împăciuiască.

Un individ mai competitiv însă va hotărî să trăiască mai mult decât tatăl său și, probabil, va reuși. Pe urmă va trebui să depășească o nouă primejdie, aceea de a trăi mai mult decât mama — lucru mai dificil, din moment ce puțini bărbați sunt dispuși să intre în concurență cu propria mamă. La fel, fiica își va depăși competitiv mama ca durată a vieții, dar dacă tatăl ei a murit la o vârstă mai înaintată, s-ar putea să-i fie greu să trăiască mai mult decât el. În orice caz, persoana care trăiește mai mult decât ambii părinți se simte de multe ori neliniștită în ultimii săi ani. Următorul obstacol de trecut ar putea fi depășirea duratei de viață a eroului. Un medic,

spre exemplu, a venit la terapie la treizeci și șapte de ani fiindcă tatăl lui murise la acea vârstă și se temea că va muri și el. La scurt timp după a treizeci și opta sa aniversare a renunțat la terapie, pentru că acum era „în siguranță". Între timp devenise mai competitiv și-și fixase obiectivul de a trăi până la șaptezeci și unu de ani. Multă vreme n-a putut să explice de ce a ales tocmai acea cifră. Cum eroul lui era Sir William Osler, pe ale cărui urme voia să calce, terapeutul și-a dat osteneala și a aflat că Sir William murise la șaptezeci de ani. Pacientul citise mai multe biografii ale eroului său și acum își aducea aminte că hotărâse, în urmă cu mulți ani, să trăiască mai mult decât acesta.

Terapia unor astfel de nevroze legate de durata vieții este foarte simplă. Terapeutul trebuie doar să-i dea pacientului permisiunea de a trăi mai mult decât tatăl său. Psihanaliza poate avea succes în asemenea cazuri nu în virtutea conflictelor rezolvate, ci în principal pentru simplul fapt că situația analitică oferă protecție pe parcursul anului critic. Mai mult decât atât, nu există conflict de rezolvat, din moment ce simțămintele negative ale Copilului legate de ideea de a trăi mai mult decât tatăl nu au nimic patologic. E doar un exemplu particular al „nevrozei de supraviețuire", ce se declanșează în măsură mai mare sau mai mică la toți cei care supraviețuiesc când alții mor. Asta e una dintre principalele influențe exercitate în „nevroza de război", în „nevroza Hiroshima" și „nevroza de lagăr". Aproape întotdeauna, supraviețuitorii se simt vinovați pentru că au supraviețuit în timp ce alții au murit „în locul lor"[75]. Mai mult decât atât, asta face ca „persoana care a văzut cu ochii ei moartea cuiva" să fie diferită de alți oameni. Copilul nu se va „recupera" și nici nu se va „vindeca" de acest simțământ. Lucrul cel mai bun care se poate face este plasarea simțământului sub controlul Adultului, astfel încât persoana să poată duce o viață normală și să aibă permisiunea de a se distra într-o anumită măsură.

75 Lifton, R.J. *Death in Life*. Random House, New York, 1968.

F. Bătrânețea

Vitalitatea la bătrânețe depinde de trei factori: (1) robustețea constituțională; (2) sănătatea fizică și (3) tipul scenariului. Debutul bătrâneții este determinat de aceiași trei factori. Astfel, unii oameni sunt plini de viață la optzeci, iar alții încep să vegeteze la patruzeci. Robustețea constituțională este o *force majeure*, adică nu poate fi modificată prin programarea parentală. Dizabilitatea fizică este uneori *force majeure*, iar alteori recompensa scenariului. În scenariul „Schilodul" este și una, și alta. Schilodirea în sine poate surveni ca urmare a unei boli fizice imposibil de evitat, dar ea e binevenită fiindcă face parte din scenariu și îndeplinește porunca mamei de a sfârși schilod. Asta se întâmplă în anumite cazuri de poliomielită la adulți tineri, în care tânărul spune: „Când am aflat că am polio, aproape că m-am bucurat, de parcă aș fi așteptat să mi se întâmple așa ceva." Dacă scenariul lui cerea să fie schilod și Natura nu l-ar fi ajutat, ar fi putut să aibă un accident de mașină. Soluțiile Naturii sunt mai ușor de acceptat.

La fel, persoanele mai vârstnice pot primi cu bucurie un accident vascular cerebral sau o ocluzie coronariană, dar dintr-un alt motiv: nu fiindcă ar face parte din scenariul lor, ci pentru că-i eliberează de obligația de a depune eforturile cerute de scenariu. Pentru Copilul din ei, aceste catastrofe devin „Piciorul de lemn" sau „Inima de lemn", așa că le pot spune Părintelui din mintea lor: „Nici măcar tu nu te poți aștepta ca un om cu Picior de lemn sau cu Inimă de lemn să-ți îndeplinească blestemul vrăjitoresc!" Pus în fața cheagului de sânge din creierul sau inima lui Jeder, doar cel mai nemilos părinte nu-și acceptă înfrângerea.

Dacă apare o dizabilitate la începutul vieții lui Jeder, ea poate să se integreze foarte bine în scenariul mamei sau să-l dărâme cu totul. Dacă se integrează, copilul va fi crescut ca un schilod profesionist, uneori cu ajutorul organizațiilor exterioare dedicate ajutorării Copiilor Schilozi (cu condiția să rămână schilozi) sau a Copiilor cu Retard Mintal (cu condiția

să rămână retardați mintal). În astfel de cazuri, mama învață să „se împace cu situația" și-l învață pe copil să facă același lucru. Însă dacă dizabilitatea *nu* se integrează în scenariul mamei, aceasta *nu* învață să se împace cu situația. Nu se dă bătută, caută mereu soluții, iar copilul învață să facă același lucru, așa că în cele din urmă ajunge dansator de jitterbug într-un picior, săritor în lungime cu talpa piciorului sucită cu fața-n spate sau specialist ortoped cu leziuni cerebrale (toate aceste exemple există ori au existat în viața reală). Organizația Copiilor Schilozi și cea a Copiilor cu Retard Mintal intervin și aici și sunt deosebit de încântate când unul dintre protejații lor reușește în viață (cu ajutor din afară). Dacă scenariul mamei nu prevede existența unui copil cu dizabilități fizice sau mintale, iar deficitul e atât de grav încât nu se poate corecta, viața ei devine o tragedie prin încălcarea scenariului. Când scenariul ei prevede existența unui copil cu dizabilități, iar deficitul e moderat și poate remediabil, viața copilului devine o tragedie inutilă, cauzată de scenariu.

Să revenim la bătrânețe. Chiar și oamenii cu constituție robustă și fără dizabilități fizice (sau doar cu probleme minore ori ipohondrice) pot începe să vegeteze de timpuriu dacă au un scenariu „Cu final deschis". Cel mai adesea, e cazul celor care trăiesc din pensie. Preceptul Părintelui spune: „Muncește pe brânci și nu risca", iar recompensa e: „După aceea renunță." După ce Jeder și-a făcut datoria vreme de douăzeci-treizeci de ani, iar Moș Crăciun a venit și i-a adus banchetul de pensionare și ceasul de aur, nu mai știe ce să facă. S-a obișnuit să urmeze directivele scenariului, dar acum ele s-au consumat și programarea s-a oprit în mintea lui. Drept urmare, se mulțumește să șadă și să aștepte până apare ceva: Moartea, de pildă.

De aici decurge o întrebare interesantă: „Ce faci după ce vine Moș Crăciun?" În cazul unui scenariu de tip „Până când", Moșul coboară pe horn și aduce Certificatul de Eliberare. Jeder a îndeplinit cerințele scenariului, antiscenariul l-a eliberat de blestem și acum are libertatea de a face ceea ce și-a dorit mereu, încă din copilărie. Dar drumul propriu e plin de

primejdii, după cum atestă multe mituri grecești. Jeder s-a eliberat de părintele-vrăjitor, dar e totodată neprotejat, așa că poate da de bucluc foarte ușor. Acest lucru se vede și în basme. Pe lângă încercările și suferințele la care-l supune pe Jeder, blestemul îi conferă protecție. Vrăjitoarea care a pronunțat blestemul are grijă ca victima să rămână în viață câtă vreme se află sub puterea lui. Astfel, Frumoasa din Pădurea Adormită a fost protejată de pădurea de mărăcini vreme de o sută de ani. Dar în clipa când s-a trezit și i-a putut spune vrăjitoarei să-și ia tălpășița, au început și necazurile ei. O situație utilă este cea a scenariului dublu: un scenariu de tip „Până când" de la un părinte și altul de tip „După", de la celălalt părinte. În cele mai frecvent întâlnite cazuri, asta înseamnă: „Nu poți fi liberă decât după ce crești trei copii" (din partea mamei) și „După ce devii liberă, vei deveni creativă" (din partea tatălui). Astfel, Zoe e controlată și protejată în prima jumătate a vieții de către mama ei, iar în a doua jumătate, de tată. În cazul unui bărbat, directiva scenariului dublu poate fi la fel ca mai sus, cu deosebirea că protecția și controlul sunt inversate: Tatăl le asigură în prima jumătate a vieții, iar Mama în a doua.

Vârstnicii care vegetează se împart în trei clase, iar în această țară, însemnele fiecăreia sunt financiare. Cei cu scenariu de învins trăiesc singuri, în pensiuni sau hoteluri dărăpănate, și li se spune moși și babe. Cei cu scenariu de neînvingători trăiesc în propria casă mică, unde au libertatea de a-și dezvolta idiosincraziile și excentricitățile, așa că sunt cunoscuți sub numele de „personaj bătrân". Cei cu scenariu de învingător trăiesc în cămine pentru vârstnici administrate de sponsori din lumea finanțelor și li se spune Cetățeni Vârstnici sau Domnul și Doamna Contribuabil, cum își și semnează, de altfel, Scrisoarea către Editor.

Leacul pentru vârstnicii fără scenariu este permisiunea, dar ei o folosesc doar rareori. În fiecare oraș mare există mii de bărbați în vârstă care trăiesc în cămăruțe înghesuite, și toți își doresc să existe cineva care să le gătească, să le vorbească și să-i asculte. În același timp, există mii de femei în vârstă

care trăiesc în aceleași condiții și-și doresc să existe cineva căruia să-i gătească, să-i vorbească și pe care să-l asculte. Chiar dacă cei doi se întâlnesc, rareori profită de acest lucru, căci fiecare preferă să rămână în mediul propriu, mohorât, dar familiar, ghemuit lângă un pahar sau un televizor sau șezând cu mâinile încrucișate, în așteptarea unei morți fără riscuri și fără de păcat. Astea au fost directivele primite de la mama în copilărie și pe astea le urmează șaptezeci, optzeci de ani mai târziu. N-au riscat niciodată, exceptând poate un pariu neînsemnat la curse sau pe stadion, așa că de ce-ar primejdui totul acum? Scenariul a dispărut, fiind dus la îndeplinire, dar vechiul slogan persistă, iar când vine moartea, acești indivizi o primesc cu bucurie. Pe fața pietrei de mormânt își vor scrie: „A plecat să se odihnească alături de strămoși", iar pe spate: „Am trăit o viață bună și n-am riscat niciodată."

Se spune că în secolul viitor, copiii vor fi cultivați la sticlă, conform specificațiilor impuse de stat și de părinți, și vor fi programați genetic. Dar fiecare individ e deja crescut la sticlă, potrivit specificațiilor impuse de stat și de părinți, și acolo i se programează scenariul. E mai ușor să scapi de programarea prin scenariu decât de cea genetică, dar puțini oameni își exercită acest privilegiu. Cei care o fac pot avea o inscripție mai înălțătoare pe piatra de mormânt. Aproape toate epitafurile pioase, traduse în marțiană, sună cam așa: „Am fost crescut la sticlă și acolo am și rămas." Astfel se înșiră nenumărate rânduri de cruci și alte simboluri în cimitir, toate cu același motto. Doar ici și colo apare surpriza: „Am fost crescut la sticlă, dar am ieșit din ea." Mulți oameni refuză să iasă, chiar dacă sticla nu are dop.

G. Scena morții

Pentru cel care moare, moartea nu e o acțiune și nici măcar un eveniment; pentru cei care supraviețuiesc e și una, și alta. Însă poate fi și ar trebui să fie o tranzacție. Ororile fizice din lagărele de exterminare naziste au fost amplificate de cele psihice — refuzul demnității, al manifestării propriei voințe și al exprimării libere în camera de gazare. Nici urmă de legătură la ochi și ultima țigară, nici urmă de sfidare sau de ultimele cuvinte memorabile: pe scurt, nici o tranzacție de moarte. Din partea muribunzilor existau stimuli tranzacționali, dar nici un răspuns din partea ucigașilor. Astfel, situația de *force majeure* exclude din scenariu cel mai emoționant moment, scena de pe patul morții, și într-un sens scopul întregii existențe omenești constă în pregătirea acelei scene.

În analiza scenariului, acest aspect este pus în evidență prin întrebarea: „Cine se va afla lângă tine când vei fi pe patul de moarte și care vor fi ultimele tale cuvinte?" Se poate formula și o întrebare suplimentară: „Care vor fi ultimele *lor* cuvinte?" Răspunsul la prima întrebare este de obicei o variantă de „Le-am arătat eu lor" — „ei" fiind părinții, îndeosebi mama în cazul unui bărbat și tatăl în cazul unei femei. Ideea răspunsului este fie „Le-am arătat eu că am făcut ce au vrut să fac", fie „Le-am arătat eu că n-a trebuit să fac ce voiau ei".

De fapt, răspunsul la această întrebare este rezumatul scopului lui Jeder în viață, și terapeutul îl poate folosi ca pe un instrument eficient pentru a pune capăt jocurilor și a-l scoate pe Jeder din scenariu:

„Prin urmare, toată viața ta se reduce la a le demonstra că ai avut dreptate să te simți îndurerat, speriat, furios, neadecvat sau vinovat. Foarte bine! Asta-ți va fi cea mai mare realizare — dacă vrei să continui la fel ca până acum. Dar poate ai vrea să găsești un motiv mai valoros de a trăi."

Scena de pe patul de moarte poate să facă parte din contractul ascuns — contractul în ton cu scenariul — al căsătoriei. Unul dintre soți poate avea imaginea foarte clară că celălalt va muri primul. De multe ori, în astfel de cazuri, celălalt soț are scenariul complementar și intenționează să se conformeze fără protest. Astfel, cei doi se înțeleg bine și trăiesc împreună mulțumiți. Dar când fiecare consideră că celălalt va muri primul, astfel încât scenariile lor se intersectează

în această privință, traiul lor comun va fi marcat de certuri, nu de mulțumire, chiar dacă au scenarii complementare în alte privințe, cum și trebuie să se întâmple ca să poată avea loc căsătoria. Dificultățile vor apărea cel mai clar când unul sau celălalt e bolnav ori suferă. Un scenariu frecvent întâlnit, bazat pe scena morții, se poate găsi în cazul căsătoriei între o femeie mai tânără și un bărbat mai vârstnic. Deși cinicii spun că se mărită cu el pentru bani, scena de desfășurare a scenariului e la fel de importantă, și femeia va fi alături de soțul ei în momentele de primejdie, pe partea bună a lucrurilor ca să aibă grijă de el, dar de asemenea și ca să nu piardă tranzacția finală, a răsplății. Dacă el intuiește acest lucru, marja de siguranță a căsniciei poate fi foarte mică, din moment ce nu-i ușor să te înțelegi cu o persoană care așteaptă ca tu să mori. Aceeași situație, cu dubla răsplată, poate apărea în cazul căsătoriei dintre un bărbat mai tânăr și o femeie mai în vârstă, deși acestea se întâmplă mai rar. Evident, în protocolul inițial al scenariului, tatăl se află în locul soțului vârstnic sau mama în locul soției vârstnice.

H. Râsul sub ștreang

Scena propriu-zisă a morții rezultă fie dintr-o situație de *force majeure*, fie din directivele scenariului. Moartea prematură datorată forțelor inevitabile ale sorții — boală sau violență pe timp de pace sau de război — este întotdeauna o tragedie simplă, fără zorzoane. Moartea conformă cu scenariul e marcată de obicei de zâmbetul macabru sau de umorul macabru, ca sub ștreang. Bărbatul care moare cu zâmbetul pe față sau cu o glumă pe buze moare așa cum îi cere scenariul, iar zâmbetul sau gluma spune: „Ei bine, mamă, acum îți urmez instrucțiunile, ha-ha! Sper că ești mulțumită." Infractorii londonezi din secolul al XVIII-lea erau adevărați discipoli ai umorului sub ștreang și de multe ori distrau mulțimea

admirativă cu o ultimă epigramă în clipa când călăul acționa trapa[76], fiindcă moartea lor se conforma poruncii mamei: „Băiete, ai să sfârșești în ștreang, la fel ca taică-tău!" Și în cazul multor oameni celebri, ultimele cuvinte au fost glume, pentru că și aceștia mureau împăcați cu mama lor, care le spusese: „Fiule, ai să mori celebru!" Moartea datorată unui factor uman de *force majeure* nu e însoțită de veselie similară, fiindcă ea poate fi în contradicție directă cu porunca mamei: „Să ai viață lungă!" sau „Să mori fericit!" Nu circulă relatări despre glume macabre în lagărele de concentrare germane (din câte știu eu). Există și o poruncă specială, „Bucură-te de moarte așa cum te-ai bucurat de viață!", care permite o glumă pe patul de moarte chiar dacă decesul survine mai devreme decât ar putea să suporte mama. De fapt, o asemenea glumă reprezintă o încercare de a micșora durerea mamei.

Toate acestea înseamnă că în majoritatea cazurilor, părintele-vrăjitor stabilește durata vieții lui Jeder și felul cum va muri acesta, iar el va îndeplini, prin hotărâre proprie, decretul parental, doar dacă nu-l împiedică o catastrofă internă sau externă.

I. Scena postumă

În scenariul învingătorilor, această scenă este de obicei vizualizată cu realism. Jeder a construit o organizație importantă sau a lăsat în urmă o operă consistentă sau mulți copii și nepoți și știe că roadele vieții sale vor continua să existe după moartea lui și că persoanele implicate într-un fel sau altul în acele roade îl vor însoți până la mormânt.

Însă cei cu scenariu tragic au o concepție jalnic de greșită privind ceea ce se va petrece după moartea lor. Sinucigașul romantic, spre exemplu, spune „O să le pară rău" și-și

[76] Cf. Grose, F. *A Classical Dictionary of the Vulgar Tongue*. Digest Books, Northfield, Illinois, 1971 (facsimil al ediției din 1811).

închipuie o înmormântare tristă, sentimentală, ce poate să aibă loc sau nu. Sinucigașul furios spune „Le vin eu de hac" și poate să se înșele la fel de tare, din moment ce e posibil ca „ei" să se bucure că scapă de el. Cel care promite „Le arăt eu!" poate eșua fiindcă numele lui ajunge în ziare doar la rubrica de decese. Pe de altă parte, sinucigașul din inutilitate sau din frustrare, care încearcă să se omoare cu discreție, nutrind fantezia că nu va observa nimeni și nu-i va păsa nimănui, poate să ajungă pe prima pagină datorită unor complicații neprevăzute. Chiar și bărbatul care se omoară pentru ca nevastă-sa să încaseze banii de pe asigurare își poate vedea intenția zădărnicită dacă nu și-a citit polița cu atenție.

În general, consecințele sinuciderii sunt la fel de puțin previzibile ca și cele ale omorului. Cu excepția soldaților și a gangsterilor, moartea, fie sub forma sinuciderii, fie sub cea a omuciderii, e o cale proastă de a încerca să rezolvi problemele vieții. Posibililor sinucigași trebuie categoric să li se comunice ferm cele două reguli inviolabile ale morții: (1) Nici un părinte nu are voie să moară înainte ca toți copiii săi să treacă de optsprezece ani. (2) Nici un copil nu are voie să moară cât timp unul dintre părinții săi mai trăiește.

Cazul persoanelor fără copii minori și fără părinți în viață trebuie cumpănite individual, pe baza argumentelor pro și contra obiective, dar fiecare pacient acceptat în terapie trebuie să-și ia angajamentul ferm de a nu încălca vreuna din cele două reguli, dacă în cazul lui se aplică una sau amândouă. Anumitor pacienți li se solicită un angajament asemănător, cum că nu vor folosi niciodată în scopuri improprii (inclusiv încercări de sinucidere) medicația prescrisă de terapeut.

J. Piatra de mormânt

La fel ca tricoul inscripționat, piatra de mormânt are două fețe. În această privință se pun două întrebări: „Ce ți se va

scrie pe piatra funerară?" și „Ce-ți vei scrie tu pe piatra funerară?" Răspunsul tipic este: „Ei vor spune «A fost o fată bună», iar eu voi spune «Mi-am dat toată silința, dar n-am reușit»." Și de această dată, „ei" se referă de obicei la părinți sau la cei care le-au ținut locul. Epitaful formulat de „ei" este antiscenariul, iar pacientul însuși își scrie pe piatra de mormânt porunca scenariului — în cazul de mai sus, „Dă-ți toată silința, dar nu reuși!" Astfel, piatra funerară vorbește doar de bine despre răposat, căci o față spune că a îndeplinit preceptele antiscenariului, iar cealaltă arată că a fost, de asemenea, copil ascultător și a urmat instrucțiunile de scenariu ale mamei, indiferent cât de încurajatoare sau descurajatoare au fost ele.

Dacă pacientul încearcă să evite să-și citească piatra de mormânt, spunând că nu va avea așa ceva, răspunsul ăsta are propria semnificație. Cel care evită să-și asume responsabilitatea morții evită să-și asume și responsabilitatea vieții. Dar terapeutul trebuie să insiste să afle cele două epitafuri, cu întrebarea „Dacă ai avea, ce-ar scrie pe ea?" sau „Aici trebuie să ai o piatră funerară".

K. Testamentul

Oricare ar fi fantasmele individului cu privire la ceea ce se va întâmpla după moartea sa, testamentul lui sau documentele postume oferă ultima ocazie de obținere a unei răsplăți. Se poate ca întreaga lui viață să se fi întemeiat pe o falsitate sau pe o comoară ascunsă, dezvăluită doar după moartea lui în chip de triumf — o farsă pe care o joacă posterității. În istorie există multe astfel de exemple: talente ascunse, ieșite la iveală abia când manuscrisele sau pânzele sunt găsite în dulapul unde fuseseră ascunse, sau lucrări de excepție descoperite printre documente banale. Bogăția ascunsă și sărăcia ascunsă ies la iveală deseori la autentificarea testa-

mentului. De asemenea, testamentul e vehiculul preferat pentru comutări-surpriză. Am amintit-o deja pe cea mai frecvent întâlnită: mama îi lasă fiicei „necredincioase" grosul averii, iar celei devotate nu-i lasă mai nimic. Uneori bigamia iese la lumină doar după citirea testamentului. Întrebarea care se cere pusă în această privință este: „Care va fi cel mai important articol din testamentul tău? În ce va consta cea mai mare surpriză pentru cei pe care-i vei lăsa în urmă la moarte?"

Până aici l-am urmărit pe Jeder de-a lungul scenariului său, de dinaintea nașterii și până după moarte, dar înainte de a începe să discutăm despre terapie, mai există multe lucruri interesante de cercetat.

Partea a treia
SCENARIUL ÎN ACȚIUNE

Capitolul 11
TIPURI DE SCENARIU

A. Învingători, neînvingători și învinși

Scenariile sunt menite să dureze o viață. Ele se bazează pe decizii luate în copilărie și pe programarea parentală, care este întărită permanent. Întărirea poate lua forma contactului cotidian, ca în cazul bărbaților care lucrează la firma tatălui lor și al femeilor care-și sună mama în fiecare dimineață să pălăvrăgească, sau poate fi aplicată mai puțin frecvent și mai subtil, dar cu aceeași putere, prin corespondența ocazională. După moartea părinților, e posibil ca odraslele să-și amintească instrucțiunile lor cu mai multă intensitate.

După cum am arătat deja, în limbajul scenariului, învinsul se numește broască sau broscoi[77], iar învingătorul, prinț sau prințesă. Părinții vor să-și vadă copiii fie învingători, fie învinși. Își pot dori să-i vadă „fericiți" în rolul pe care li l-au ales, dar nu-și doresc ca ei să se transforme. Mama care crește o broască își poate dori ca fiica ei să fie o broască fericită, dar va înăbuși orice încercare a fetei de a deveni prințesă („Cine te crezi?!"). Tatăl care crește un prinț vrea ca fiul lui să fie fericit, dar de multe ori ar prefera să-l vadă nefericit decât transformat într-un broscoi („Cum ai putut să ne faci una ca asta? Ți-am oferit tot ce-a fost mai bun!").

Primul lucru care trebuie stabilit în privința unui scenariu este dacă conduce spre victorie sau spre înfrângere. Asta se poate descoperi foarte repede ascultând spusele persoanei. Un învingător rostește lucruri ca: „Am greșit, dar n-o să repet aceeași greșeală a doua oară" sau „Acum știu cum trebuie

77 Young, D. „The Frog Game". *Loc. cit.*

procedat". Învinsul spune: „O, dacă", „Ar fi trebuit să..." și „Da, dar...". Mai există și aproape-reușitele, neînvingătorii cărora scenariul le cere să muncească pe rupte, nu cu scopul de a învinge, ci doar pentru a se menține la linia de plutire. Ei sunt oamenii lui „bine măcar că": „Ei, bine măcar că n-am..." sau „Bine măcar că am și atât". Neînvingătorii sunt excelenți în calitate de membri, angajați sau șerbi, pentru că sunt loiali, muncitori, recunoscători și deloc înclinați să creeze probleme. Din punct de vedere social sunt oameni agreabili, iar în comunitate, admirabili. Învingătorii fac probleme restului lumii doar indirect, când se luptă între ei și implică în conflict martori nevinovați, uneori cu milioanele. Învinșii își provoacă lor înșile și celorlalți cele mai mari suferințe. Chiar dacă ajung în vârf, tot învinși sunt și când vine momentul răsplății, trag în jos după ei alți oameni.*

Învingătorul se definește ca fiind persoana care-și respectă contractul făcut cu lumea și cu sine. Adică își propune să facă un lucru, afirmă că e hotărât să-l facă și, pe termen lung, îl realizează. Contractul sau ambiția sa poate fi să strângă 100 000 de dolari, să alerge kilometrul în mai puțin de trei minute sau să-și ia doctoratul. Dacă-și atinge obiectivul, e învingător. Dacă sfârșește datornic, își scrântește glezna la duș sau abandonează facultatea în primul an, e clar învins. Dacă strânge 10 000 de dolari, iese pe locul al doilea cu 3:05 sau intră în activitate doar cu masteratul, e un „bine măcar că": nu învins, ci neînvingător. Important e că-și stabilește el însuși obiectivul, de obicei pe baza programării Părintelui, dar angajamentul final fiind luat de Adultul său. Să observăm că individul care își propune să scoată 3:05 și reușește e tot învingător, pe când cel care își propune să scoată 2:59 și scoate doar 3:05 e neînvingător, chiar dacă-l învinge pe cel cu ambiții mai mici. Pe termen scurt, învingătorul e cel care

* Aceste lucruri (și multe dintre cele ce urmează) le pot părea cunoscute unor cititori, fiindcă sunt formulate în termeni simpli și le-am mai spus în altă parte[78] într-o manieră similară, din moment ce această parte a cărții a fost scrisă cu câțiva ani în urmă.

[78] Berne, E. *Sex in Human Loving*. Simon & Schuster, New York, 1970.

devine căpitanul echipei, iese cu Miss Boboc sau câștigă la pocher. Neînvingătorul nu reușește să se apropie de minge niciodată, iese cu fata care a ieșit pe locul al doilea sau termină partida la zero. Învinsul nu e selecționat în echipă, nu convinge nici o fată să iasă cu el sau iese din joc falit.

În plus, căpitanul echipei plasate pe locul al doilea se află la același nivel cu căpitanul primei echipe, din moment ce fiecare individ are dreptul să-și aleagă după plac liga și este evaluat în raport cu standardele fixate chiar de el. Ca exemplu extrem, „a trăi din bani mai puțini decât toți ceilalți de pe stradă fără a te îmbolnăvi" reprezintă o ligă; cel care reușește asta e învingător. Cel care încearcă și se îmbolnăvește e învins. Învinsul tipic, clasic e cel care se pune în situația de a îndura boli sau vătămări fără motiv întemeiat (ca Della din capitolul 3). Dacă are motiv întemeiat, poate deveni un martir de succes — cea mai bună cale de a învinge pierzând.

Învingătorul știe ce va face mai departe dacă pierde, dar nu vorbește despre asta; învinsul nu știe ce va face dacă va pierde, dar vorbește despre ceea ce va face dacă va câștiga. Astfel, câteva minute de ascultare sunt suficiente pentru a identifica învingătorii și învinșii la o masă de joc sau într-o agenție de bursă, într-o ceartă domestică sau într-o ședință de terapie de familie.

Regula de bază pare a fi aceea că răsplata unui scenariu de învingător provine de la Părintele grijuliu, prin sloganurile contrascenariului. Neînvingătorul își primește răsplata de la Părintele critic, prin porunci. Învinsul e condus pe calea spre o răsplată proastă de provocările și ispitele Copilului nebun al părintelui său, care-i ademenește demonul autodistructiv.

B. Timpul scenariului

Indiferent dacă duce la victorie sau înfrângere, scenariul reprezintă o cale de a structura timpul între primul „bună ziua" de la sânul mamei și ultimul „rămas-bun" de la mor-

mânt. Durata vieții e umplută și golită nefăcând și făcând, nefăcând niciodată, făcând întotdeauna, nefăcând înainte, nefăcând după, făcând la nesfârșit, făcând până nu mai e nimic de făcut. De aici apar scenariile „Niciodată" și „Mereu", „Până când" și „După", „La nesfârșit" și „Cu final deschis". Ele pot fi cel mai bine înțelese prin raportare la miturile grecești, întrucât grecii aveau excelente aptitudini de a sesiza asemenea lucruri.

Scenariile „Niciodată" sunt reprezentate de Tantal, care a fost condamnat să sufere veșnic de foame și de sete, aflându-se la un pas de hrană și apă, dar fără a mai mânca și bea vreodată. Oamenilor cu astfel de scenarii, părinții le-au interzis să facă lucrurile pe care și le-au dorit cel mai mult, așa că-și petrec viața chinuiți și înconjurați de tentații. Se supun blestemului Părintelui fiindcă Copilul din ei se teme de lucrurile pe care și le doresc cel mai mult, așa că, la drept vorbind, se chinuie singuri.

Scenariile „Mereu" urmează modelul Arahneei, care a îndrăznit s-o provoace pe zeița Minerva la întrecere în arta țesutului și, ca pedeapsă, a fost transformată în păianjen și condamnată să-și petreacă tot timpul țesându-și pânza. Astfel de scenarii vin din partea părinților răutăcioși, care spun: „Dacă ăsta e lucrul pe care ți-l dorești, n-ai decât să-ți petreci toată viața făcându-l!"

Scenariile „Înainte de" sau „Până când" urmează povestea lui Iason, căruia i s-a spus că nu poate deveni rege înainte de a îndeplini anumite sarcini. Și-a primit recompensa la timpul potrivit și a trăit zece ani fericit. Hercule a avut un scenariu asemănător: n-a putut deveni zeu decât după ce a petrecut doisprezece ani în sclavie.

Scenariile „După" vin de la Damocles. Lui i s-a permis să se bucure de fericirea de a fi rege, până când a observat că deasupra capului său atârnă o sabie agățată de un singur fir de păr de cal. Motto-ul scenariilor „După" spune: „Poți să te bucuri o vreme, dar după aceea vor începe necazurile."

Scenariile „La nesfârșit" pornesc de la Sisif. El a fost condamnat să împingă în sus pe panta unui deal un bolovan greu; chiar în clipa când era gata să ajungă în vârf, piatra se rostogolea la vale, așa că trebuia s-o ia de la început. E un scenariu clasic de tipul „Cât pe ce să reușesc", în care se înșiră un „O, dacă" după altul.

Scenariul „Cu final deschis" este scenariul neînvingătorului, numit și „Luna de pe cer"; el urmează povestea lui Filemon și Baucis, care au fost transformați în dafini pentru faptele lor bune. Persoanele vârstnice care au îndeplinit instrucțiunile Părintelui lor nu știu ce să facă după aceea, așa că-și petrec viața ca niște legume sau bârfind precum niște frunze ce foșnesc în bătaia vântului. Asta e soarta multor mame ale căror copii, deveniți adulți, s-au împrăștiat, și a bărbaților care și-au făcut cei treizeci de ani de muncă, potrivit regulamentului companiei și instrucțiunilor primite de la părinți. După cum am observat deja, comunitățile de „Seniori" sunt pline cu cupluri care și-au dus scenariul la împlinire și nu știu cum să-și structureze timpul în timp ce așteaptă țara Făgăduinței, unde oamenii care s-au purtat cinstit cu angajatorii lor pot să-și conducă mașina cea lungă și neagră cu viteză mică pe banda din stânga, fără să fie claxonați de niște adolescenți prost-crescuți în vechiturile lor ruginite. „În adolescență eram și eu plin de energie, dar acum...", spune tata, iar mama adaugă: „Nici nu ți-ar veni să crezi ce... Iar noi ne plăteam întotdeauna..."

C. Sexul și scenariul

Toate aceste scenarii au aspectele lor sexuale. Scenariul „Niciodată" interzice fie iubirea, fie sexul, fie ambele. Dacă interzice iubirea, dar nu și sexul, permite promiscuitatea, lucru de care profită din plin unii marinari, soldați și călători fără țintă și pe care-l folosesc prostituatele și curtezanele pen-

tru a-și câștiga existența. Dacă interzice sexul, dar nu și iubirea, produce preoți, călugări, călugărițe și oameni care fac fapte bune, de pildă cresc copii orfani. Oamenii promiscui sunt chinuiți fără încetare la vederea iubiților fideli și a familiilor fericite, în timp ce filantropii sunt tentați întruna să sară gardul.

Scenariile „Mereu" sunt exemplificate de tinerii scoși afară din casă pentru păcatele spre care i-au împins părinții; de pildă: „Dacă ești însărcinată, du-te pe stradă să-ți câștigi existența!" sau: „Dacă vrei să te droghezi, ești pe cont propriu!" Se poate ca tatăl care și-a scos în stradă fiica însărcinată să fi avut gânduri pătimașe la adresa ei încă de când ea avea zece ani (zece? opt?), iar cel care și-a dat fiul afară din casă pentru că a fumat iarbă să se îmbete în seara aceea, ca să-și mai aline suferința.

Programarea parentală din scenariile „Până când" este cea mai vehementă dintre toate, din moment ce, de obicei, constă în ordine fățișe: „Nu ai voie să faci sex până nu te măriți și nu te poți mărita câtă vreme trebuie să ai grijă de mama ta (sau până nu termini facultatea)." Influența Părintelui în scenariile „După" e aproape la fel de răspicată, iar sabia atârnată își arată tăișul prin amenințări vizibile: „După ce te căsătorești și faci copii, au să înceapă necazurile." Asta, transpus în acțiune și în momentul prezent, înseamnă: „Bucură-te cât mai poți de vremea bună." După căsătorie, formula se reduce la „După ce faci copii, au să înceapă necazurile."*

Scenariile „La nesfârșit" dau naștere la perpetue domnișoare de onoare care nu ajung niciodată mirese, ca și altor indivizi care-și dau toată silința în repetate rânduri, dar de fiecare dată le lipsește puțin ca să reușească. Scenariile „Cu final deschis" se încheie cu vârstnici de ambele sexe care-și

* O parte a acestei secțiuni folosește limbajul întrebuințat în lucrarea mea anterioară la care am făcut trimitere mai sus[78], dar nu găsesc un mod mai potrivit de a exprima aceste idei. E multă vreme de când le prezint astfel în prelegeri, după cum știu prea bine mulți analiști de scenarii.

pierd vitalitatea fără prea mari regrete și se mulțumesc să-și aducă aminte de cuceririle din trecut. După cum femeile cu astfel de scenariu așteaptă cu nerăbdare menopauza, în speranța că le va rezolva „problemele sexuale", bărbații așteaptă și ei să-și încheie activitatea la serviciu după numărul prevăzut de ani, cu speranța asemănătoare că vor fi despovărați de obligațiile sexuale.

La un nivel mai intim, fiecare dintre aceste scenarii are propriul efect asupra orgasmului propriu-zis. Scenariul „Niciodată", firește, pe lângă fete bătrâne, burlaci, prostituate și proxeneți, mai produce femei frigide care n-au nici un orgasm, nici măcar unul, toată viața lor, și bărbați impotenți care pot avea orgasm cu condiția să nu existe iubire — situația clasică, descrisă de Freud, a bărbatului impotent cu soția, dar nu și cu prostituatele. Scenariul „Mereu" produce nimfomane și Don Juani care-și petrec viața alergând necontenit după promisiunea unui orgasm.

Scenariul „Până când" dă naștere gospodinelor hărțuite și oamenilor de afaceri obosiți; nici unii, nici ceilalți nu pot să simtă excitație sexuală înainte de a fi pus în ordine ultimul amănunt în gospodărie sau în birou. Chiar și după ce au devenit excitați, se poate să-i întrerupă în cele mai critice momente un joc de tipul „Ușa frigiderului" sau „Carnetul de însemnări" — lucruri mărunte care-i fac să sară din pat fiindcă trebuie să se ocupe de ele chiar în clipa aceea, cum ar fi să verifice dacă ușa frigiderului e închisă sau să-și noteze câteva lucruri care trebuie făcute la birou a doua zi, la prima oră. Scenariul de tip „După" influențează negativ sexul din cauza neliniștii pe care o trezește. Frica de sarcină, spre exemplu, împiedică femeia să aibă un orgasm și-l poate face pe bărbat să atingă punctul culminant prea repede. Metoda *coitus interruptus*, în care bărbatul se retrage imediat înainte de a ejacula, folosită ca mijloc de prevenire a sarcinii, îi ține pe ambii parteneri într-o stare de nervozitate încă de la început, iar femeia, de obicei, rămâne în aer dacă cei doi sunt prea timizi ca să folosească o modalitate de a obține satis-

facția pentru ea. De fapt, cuvântul „satisfacție", care e folosit de obicei în discutarea acestei probleme, dezvăluie imediat faptul că e ceva în neregulă, din moment ce un orgasm ca lumea ar trebui să fie mult mai substanțial decât fantoma palidă numită satisfacție.

Scenariul „La nesfârșit" este cel grăitor pentru multe femei învinse, care ajung tot mai sus pe parcursul actului sexual și, tocmai când sunt pe cale să reușească, bărbatul ejaculează, iar ele alunecă iarăși până jos. Și asta se poate întâmpla noapte după noapte, ani la rând. Scenariul „Cu final deschis" are efect asupra oamenilor vârstnici, care privesc sexul ca pe un efort sau o obligație. Odată ce au trecut dealul, devin „prea bătrâni" ca să facă sex, iar glandele li se stafidesc, nefolosite, împreună cu pielea și, de multe ori, cu mușchii și creierul. Acum nu mai au nimic de făcut, decât să-și umple timpul până când rugina îi macină de tot. Pentru a evita vegetarea în acest mod, scenariul n-ar trebui să aibă prevăzută o limită de timp, ci ar trebui alcătuit în așa fel încât să dureze toată viața, oricât de lungă ar fi ea.

Potența, activismul și puterea sexuală a unei ființe umane sunt determinate într-o anumită măsură de moștenirea ei genetică și de chimie, dar par a fi influențate în măsură și mai mare de deciziile luate în copilăria mică în alcătuirea scenariului și de programarea parentală care determină respectivele decizii. Astfel, nu doar justificarea și frecvența activităților sexuale ale persoanei pe parcursul întregii vieți, ci și capacitatea și disponibilitatea ei de a iubi sunt stabilite deja, într-o mare măsură, la vârsta de șase ani. Lucrurile par să stea astfel îndeosebi în cazul femeilor. Unele hotărăsc foarte devreme că vor să fie mame când ajung mari, în timp ce altele decid, în aceeași perioadă, să rămână virgine sau mirese virgine pentru totdeauna. În orice caz, activitatea sexuală a ambelor sexe este permanent supusă influenței părerilor parentale, precauțiilor adulte, deciziilor din copilărie și presiunilor și temerilor sociale, astfel că impulsurile și ciclurile firești sunt suprimate, exagerate, distorsionate, ignorate sau contaminate. Drept urmare, ceea ce se numește „sex" devine instrumentul comportamentului în ton cu jocurile (în original, *gamy*). Tranzacțiile simple din miturile grecești, conflictele de pe muntele Olimp, care alcătuiesc baza variantei originale a scenariului, sunt elaborate și transformate în șmecheriile și subterfugiile basmelor populare, în așa fel încât Europa devine Scufița Roșie, Persefona devine Cenușăreasa, iar Ulise, prințul nătâng transformat în broscoi.

D. Timpul-cronometru și timpul-obiectiv

Am discutat în capitolul 2 despre modalitățile de a umple intervale scurte de timp social, variantele disponibile fiind retragerea, ritualurile, ocupațiile de timp liber, activitățile, jocurile și intimitatea. Fiecare dintre acestea are un început și un sfârșit, numit moment de comutare. Pe perioade mai lungi, există momente de comutare și în scenariu, ele însemnând de obicei că actorii trec de la un rol la altul în triunghiul dramei.

Richard Schechner a efectuat o analiză atentă, științifică a tiparelor temporale în teatru[79], care se aplică la fel de bine în dramaturgia scenariilor din viața reală. El numește cele mai importante două tipuri „timpul-context" și „timpul-eveniment". Timpul-context se măsoară după ceas sau după calendar. Acțiunea începe și se termină la un anumit moment sau pentru desfășurarea ei se alocă un anumit interval, ca în cazul jocului de fotbal. Pentru analiza scenariilor, putem numi aceasta „timpul-cronometru" (TC) (în original, *clock time*). În cazul timpului-eveniment, activitatea trebuie efectuată indiferent cât de puțin sau de mult timp cere, după ceas — ca în cazul jocului de baseball. Noi îl vom numi timpul-obiectiv (TO) (în original, *goal time*). Cele două pot să se și combine.

79 Schechner, R. *Public Domain*. The Bobbs-Merrill Company, New York, 1969, capitolul 2.

Un meci de box se poate încheia fie după ce se desfășoară numărul de runde fixate, ceea ce presupune un timp-context sau timp-cronometru, sau când se produce un knockout, ceea ce înseamnă timp-eveniment sau timp-obiectiv.

Ideile lui Schechner îi sunt utile analistului de scenarii, mai ales în cazul scenariilor de tip „Ai voie" și „N-ai voie". Copilul care-și face temele pentru școală poate primi cinci tipuri de instrucțiuni. „Trebuie să dormi suficient, așa că ai voie să te oprești la ora nouă." Asta se cheamă Timp-cronometru Ai voie. „Trebuie să dormi suficient, așa că n-ai voie să mai lucrezi după ora nouă." Asta se cheamă Timp-cronometru N-ai voie. „Temele sunt importante, așa că ai voie să stai mai târziu ca să le termini." Asta se cheamă Timp-obiectiv Ai voie. „Temele sunt importante, așa că n-ai voie să mergi la culcare până nu le termini." Asta e Timp-obiectiv N-ai voie. Cele două variante „ai voie" pot să elibereze copilul de anxietate, iar cele două variante „n-ai voie" pot să-l irite, însă nici una dintre ele nu-l face să se simtă încolțit. Dar în varianta „Trebuie să-ți termini temele până la ora nouă, ca să te poți culca", Timpul-cronometru și Timpul-obiectiv se combină, iar asta se numește „Dă-i zor!" Este evident că fiecare din aceste instrucțiuni poate avea alt efect asupra temelor și somnului copilului, iar după ce crește, asupra obiceiurilor sale de muncă și de somn. Din punct de vedere marțian, efectele asupra scenariului copilului pot fi cât se poate de diferite față de intenția declarată a părinților. Spre exemplu, TC N-ai voie poate ajunge la insomnie, iar TO N-ai voie poate, într-o bună zi, să arunce prosopul. (Chuck din capitolul șase funcționa pe bază de TO N-ai voie, și a aruncat prosopul cu ajutorul psihoterapiei, nu cu al unui infarct. Alții preferă infarctul.)

Această listă e importantă întrucât contribuie la explicarea felului cum aleg oamenii să-și ocupe timpul, urmând totodată porunca din scenariul lor. „Poți trăi până la patruzeci de ani" (TC Ai voie) e de obicei ocupat încercând să facă lucrurile pe care vrea să le facă; „Poți trăi până-ți moare soția" (TO Ai voie) e probabil să petreacă mai mult timp gândindu-se cu îngrijorare cum să amâne evenimentul respectiv și să-și țină soția în viață. „N-ai voie s-o faci până nu întâlnești bărbatul potrivit" (TO N-ai voie) poate să petreacă foarte mult timp căutând bărbați, în timp ce „N-ai voie s-o faci până nu împlinești douăzeci și unu de ani" (TC N-ai voie) are timp și pentru alte lucruri. Tot astfel se explică de ce viața unor oameni e condusă de ceas, iar a altora, de țeluri.

Capitolul 12
CÂTEVA SCENARII DE VIAȚĂ TIPICE

Scenariile de viață sunt sisteme artificiale ce limitează aspirațiile umane spontane și creative, la fel cum jocurile sunt structuri artificiale ce limitează intimitatea spontană și creativă. Scenariul e ca un vitraliu decorat, pe care părinții lui Jeder îl așază între acesta și lume (și ei înșiși) și de care Jeder are mare grijă după aceea. Se uită la lume prin acea sticlă, iar lumea se uită înapoi la el, sperând să vadă cel puțin o scânteie din adevărata lui înfățișare de ființă umană, sau poate chiar o răbufnire de proporții. Dar din moment ce lumea privește prin vitraliul ei, vizibilitatea nu e mai bună decât în cazul a doi scafandri cu vizorul încețoșat, pe fundul unul fluviu noroios. Marțianul și-a uns vizorul cu soluție anti-condens, așa că vede ceva mai bine. Iată câteva exemple a ceea ce vede el, care ne pot ajuta să explicăm ce răspuns dă fiecare scenariu la întrebarea: „Ce spui după bună ziua?"

A. Scufița-Roz sau „Copilul nimănui"

Scufița-Roz era o orfană care ședea într-un luminiș din pădure și aștepta să treacă pe-acolo cineva care să aibă nevoie de ajutor. Uneori rătăcea pe poteci, în caz că ar fi avut cineva nevoie de ea prin altă parte a pădurii. Era foarte săracă și nu avea prea multe de oferit, dar tot ce avea, împărțea cu bucurie. Putea să țină obiecte când persoana în cauză avea nevoie să aibă mâinile libere și avea capul plin cu precepte înțelepte, învățate de la părinții ei când aceștia încă mai

trăiau. Era de asemenea plină de cugetări vesele și-i plăcea să-i înveselească pe bărbații speriați că s-ar putea rătăci în pădure. În feul ăsta și-a făcut mulți prieteni. Dar aproape întotdeauna își petrecea sfârșitul săptămânii în singurătate, fiindcă toată lumea mergea la picnic în poieni, iar ea rămânea singură și cam speriată, la rândul ei, în pădure. Uneori o invitau și pe ea la picnic, dar cu trecerea anilor, asta a început să se întâmple din ce în ce mai rar.

Viața ei era diferită de cea a Scufiței Roșii și, de fapt, în singura ocazie când cele două s-au întâlnit, nu s-au înțeles deloc bine. Scufița Roșie mergea grăbită prin pădure și, trecând pe lângă luminișul în care stătea Scufița Roz, s-a oprit s-o salute. Cele două s-au privit câteva momente, gândindu-se că ar putea să devină prietene, fiindcă semănau puțin, atâta doar că una avea pelerină roz, iar cealaltă, pelerină roșie.

— Unde te duci? a întrebat Scufița Roz. Nu te-am mai văzut niciodată pe-aici.

— Îi duc bunicii niște sandvișuri pe care le-a făcut mama, a răspuns Scufița Roșie.

— O, ce frumos! Eu n-am mamă.

— În plus, a continuat Scufița Roșie cu mândrie, când ajung acasă la bunica, o să mă mănânce un lup... cred.

— Aha... Păi un sandviș pe zi ține lupul la distanță. Iar copilul care-și recunoaște lupul când îl vede e un copil înțelept, a zis Scufița Roz.

— Cugetările vesele astea nu mi se par deloc amuzante, a replicat cealaltă. Așa că, la revedere!

— Cum poți fi așa de rigidă? a întrebat Scufița Roz.

Dar Scufița Roșie plecase deja. „N-are pic de simț al umorului, dar cred că are nevoie de ajutor", și-a zis Scufița Roz în sinea ei. Așa că a pornit-o prin pădure ca să găsească un vânător care s-o apere pe Scufița Roșie de lup. Într-un final a găsit un vânător, un vechi prieten de-al ei, și i-a spus că Scufița Roșie are necazuri. L-a însoțit până la ușa colibei în care locuia bunica Scufiței Roșii și a văzut tot ce s-a întâmplat acolo: pe Scufița Roșie în pat cu lupul, apoi cum acesta a

încercat s-o mănânce, vânătorul l-a omorât, după care el și Scufița Roșie au despicat burta lupului, râzând și glumind, și au umplut-o cu pietre. Dar Scufița Roșie nu s-a obosit să-i mulțumească, lucru care a întristat-o pe Scufița Roz. Iar după ce s-a terminat totul, vânătorul a devenit prieten mai apropiat cu Scufița Roșie decât cu cea Roz, ceea ce a întristat-o pe aceasta și mai tare. Era atât de tristă, încât a început să mănânce boabe energizante în fiecare zi; pe urmă n-a mai putut dormi, așa că mânca în fiecare seară boabe liniștitoare, care s-o ajute să adoarmă. Rămăsese același copil drăgălaș și-i plăcea în continuare să ajute oameni, dar uneori se gândea că cel mai bine ar face să ia o supradoză de boabe de somn.

Analiză clinică

Teză: Scufița Roz e orfană sau are motive să se simtă așa. E o copilă drăgălașă, plină de precepte înțelepte și cugetări vesele, dar îi lasă pe alții să gândească, să organizeze și să ducă planurile la îndeplinire. E conștiincioasă și gata oricând să ajute; drept urmare, are mulți „prieteni", dar cumva, de cele mai multe ori rămâne singură în cele din urmă. Atunci începe să bea și să ia droguri stimulatoare și somnifere, și se gândește deseori la sinucidere. După ce spune „bună ziua" oferă câteva cugetări vesele, dar asta, doar ca să treacă timpul până are ocazia să întrebe: „Pot să te ajut cu ceva?" În felul ăsta ar putea avea o relație „profundă" cu un învins, dar cu învingătorii nu-i merge prea bine după ce se termină cugetările vesele.

Diagnostic clinic:	Reacție depresivă cronică.
Basm:	Scufița Roz.
Roluri:	*Copilul săritor*, Victima, Salvatorul.
Comutări:	De la Salvator (Părinte sfătuitor, grijuliu) la Victimă (Copilul trist).
Preceptul parental:	„Fii fată bună și săritoare."
Modelul parental:	„Uite așa ajuți oamenii."
Porunca parentală:	„Să nu ai mult, să nu dobândești mult și să te ofilești până dispari cu totul."
Sloganul în copilărie:	„Fă-ți datoria și nu protesta."
Poziția:	„Eu sunt ne-OK, pentru că protestez." „Ei sunt OK, pentru că au voie să aibă lucruri."
Hotărârea:	„Am să mă pedepsesc pentru că protestez."
Scenariul:	Ofilirea până la dispariție completă.
Antiscenariul:	Învață să ajuți oamenii.
Tricoul inscripționat:	Pe față: „Sunt un copil drăgălaș." Pe spate: „Dar sunt orfan."
Jocul:	„Oricât de mult m-aș strădui."
Cupoanele:	Depresii.
Răsplata finală:	Sinuciderea.
Epitafuri:	„A fost un copil bun." „Am încercat."
Antiteza:	Nu mai fi un copil drăgălaș.
Permisiunea:	Să-și folosească Adultul ca să obțină ceva care să merite.

Clasificare

Scufița Roz e un scenariu de învins, fiindcă ea pierde tot ce câștigă. E un scenariu de tip N-ai voie structurat pe obiectiv, cu sloganul standard „N-ai voie să reușești decât dacă întâlnești un Prinț". Se bazează pe un plan de tip „Niciodată": „Să nu ceri niciodată nimic pentru tine." După ce spune „bună ziua", se dovedește a fi un copil săritor, drăgălaș.

B. Sisif sau „Iar am pățit-o!"

Povestea asta e despre Jack și unchiul Homer. Tatăl lui Jack, erou de război, a murit în luptă când acesta era mic, iar mama lui a murit de asemenea, la scurt timp după aceea. Pe

Jack l-a crescut unchiul Homer, un sportiv ratat, lăudăros și care nu se dădea în lături de la lucruri necinstite. El l-a învățat pe Jack tot felul de sporturi și de jocuri de competiție, dar dacă băiatul câștiga, Homer vedea roșu de furie și striga: „Ai cumva impresia că rahatul tău nu pute?!" Când Jack pierdea, unchiul râdea de el într-un stil disprețuitor, dar prietenos. Așa că după o vreme, Jack a început să piardă intenționat. Cu cât pierdea mai mult, cu atât devenea mai fericit și mai prietenos unchiul. Jack își dorea să devină fotograf profesionist, dar unchiul i-a spus că asta e o meserie pentru fătălăi și că el ar trebui să devină un erou sportiv. Așa că Jack a devenit jucător profesionist de baseball. Ceea ce-și dorea Homer cu adevărat era ca Jack să încerce să ajungă erou sportiv și să nu reușească.

Avându-l drept prieten pe unchiu-său, n-a fost deloc de mirare că tocmai pe când să intre în prima ligă, Jack și-a luxat brațul și a trebuit să se retragă. După cum spunea chiar el mai târziu, e greu de explicat cum un jucător cu experiență ca el a putut să facă o luxație atât de urâtă în cantonamentul de primăvară, când toată lumea își doza la minimum eforturile, ca să nu se accidenteze înainte de începerea sezonului.

După aceea, Jack a devenit agent de vânzări. Pornea de fiecare dată foarte bine și obținea comenzi tot mai mari, până când ajungea printre preferații șefului. În acel punct simțea imboldul irezistibil de a o face lată. Dormea până târziu și omitea să-și pună documentele în ordine, așa că livrarea comenzilor lui se făcea cu întârziere. Era atât de priceput în vânzări, încât nici măcar nu trebuia să meargă pe teren — îl sunau clienții; dar el uita să transmită comenzile. Ca urmare, trebuia să-și invite șeful la câte o cină de afaceri lungă, utilă, ca să-și discute problemele în manieră personală. După fiecare cină se mai înviora nițel, dar după o vreme lucrurile o luau iarăși la vale. Mai devreme sau mai târziu avea loc o ultimă cină, în timpul căreia era concediat într-o manieră prietenoasă. Pe urmă își căuta alt loc de muncă și relua întregul ciclu de la capăt. O problemă spinoasă consta în faptul că,

după părerea lui, agenții de vânzări sunt mereu siliți să mintă și să înșele puțin, iar asta îl frământa.

În urma terapiei, Jack s-a desprins de unchiul lui și s-a hotărât să-și reia studiile și să devină asistent social.

Analiză clinică

Teză: Sisif muncește din greu și ajunge la un pas de reușită. În acel punct renunță, nu mai depune nici un efort și pierde tot ce-a câștigat. Apoi trebuie s-o ia de la capăt, de jos, și repetă ciclul.

Diagnostic clinic:	Reacție depresivă.
Mit:	Sisif.
Roluri:	*Copilul abandonat,* Persecutorul, Salvatorul.
Comutări:	De la Erou (reușită) la Victimă (eșec) la Salvator.
Preceptul parental:	„Fii un erou puternic, nu un fătălău!"
Modelul parental:	„Înșală un pic."
Porunca parentală:	„Să nu reușești!"
Sloganul din copilărie:	„Sunt fiul unui erou."
Poziția:	„Eu sunt ne-OK, fiindcă la drept vorbind sunt un fătălău." „Ei sunt OK, fiindcă reușesc."
Hotărârea:	„Trebuie să fiu erou."
Scenariul:	„Să nu izbândești."
Tricoul inscripționat:	Pe față: „Sunt un super-agent de vânzări!" Pe dos: „Dar nu cumpăra nimic de la mine."
Jocuri:	„Iar am pățit-o!", „Nerodul".
Cupoane:	Depresii și vinovății.
Răsplata finală:	Neputință și sinucidere.
Epitafuri:	„Și-a dat toată silința". „N-am reușit."
Antiteză:	Nu-i mai da ascultare unchiului.
Permisiunea:	Să-și reia studiile și să devină asistent social, astfel încât să lucreze cu copii abandonați.

Clasificare

Sisif e un scenariu de învins, fiindcă de fiecare dată când ajunge aproape de vârf, se rostogolește iarăși până jos. Este un scenariu de tip N-ai voie structurat pe obiectiv, cu sloganul: „Fără mine nu poți reuși." Se bazează pe un plan „La nesfârșit" — „N-ai decât să încerci cât de des vrei." Timpul între „bună ziua" și „la revedere" este structurat cu ajutorul jocului „Iar am pățit-o!".

C. Micuța domnișoară Muffet sau „Nu mă poți speria!"

Muffy ședea în fiecare seară pe un scaun înalt, la tejgheaua barului și bea cocteiluri *sour whisky*. Într-o seară s-a așezat lângă ea un personaj cam necioplit. A speriat-o, dar ea n-a fugit. Până la urmă s-a măritat cu acel personaj, ca să-i poarte de grijă, în așa fel încât el să scrie romane mai bune. Când se îmbăta, o bătea, iar când era treaz, o umilea verbal, dar ea tot nu fugea. La început, membrii grupului au compătimit-o și au fost îngroziți de purtarea soțului ei, dar cu trecerea lunilor, atitudinea lor s-a schimbat.

— Ce-ar fi să te ridici de pe scăunelul tău și iei măsuri concrete? o întreba câte unul. Pari de-a dreptul bucuroasă când ai să ne povestești o întâmplare tristă, așa că de fapt joci un joc dur de „Ce groaznic, nu-i așa?"

Într-o zi, doctorul Q a întrebat-o care e povestea ei preferată.

— N-am, a răspuns ea. Dar am o poezie preferată de la grădiniță, „Mica domnișoară Muffet"*.

* „Little Miss Muffet/ Sat on a tuffet,/ Eating her curds and whey./ Along came a spider,/ Who sat down beside her,/ And frightened Miss Muffet away!" (Aprox. „Mica domnișoară Muffet / Ședea pe scăunelul ei / Și bea lapte acru. / Dar când un păianjen / A venit lângă ea, / S-a speriat și a fugit.")

— Așadar, de aceea șezi în continuare pe scăunelul tău.

— Da, asta făceam când m-a cunoscut el.

— Și cum se face că soțul tău nu te sperie într-atât încât să fugi?

— Păi, când eram mică, mama mi-a spus că dacă fug de acasă, o să am necazuri mult mai serioase decât cele pe care le aveam deja.

— Și cu primul scăunel cum e? a întrebat cineva.

— A, te referi la oliță? Da, sigur că m-au pus să stau acolo și m-au înspăimântat cu amenințări, dar eram prea speriată ca să mă ridic și să fug.

Așadar, scenariul acestei femei semăna cu al domnișoarei Muffet, atâta doar că ea n-avea voie să fugă și nici nu știa unde ar putea să meargă. Între timp, în loc de lapte acru, bea whisky. Grupul i-a dat permisiunea să se ridice de pe scăunel, să arunce laptele acru și să-și ia viața în mâini. Înainte avea mereu o expresie acră, dar după acest moment a început să zâmbească.

Soțul ei știa că după ce-i spui „bună ziua" domnișoarei Muffet, strigi „Buhuhu!", iar ea fuge. Așa au și făcut cele mai multe fete, dar Muffy, nu. Iar dacă strigi „buhuhu" și domnișoara Muffet nu fuge, nu-ți rămâne decât să mai strigi o dată — și el tocmai asta a făcut. De fapt, în afară de „buhuhu" nu-i mai spunea mare lucru, decât, poate, „pfui!"

Analiză clinică

Teza: Micuța domnișoară Muffet șade pe un scăunel, cu un sentiment de acreală în suflet, și așteaptă să vină un păianjen, ăsta fiind singurul lucru la care poate spera. Când apare, păianjenul încearcă s-o sperie, dar ea hotărăște că e cel mai frumos păianjen din lume și rămâne cu el. Acesta continuă s-o sperie periodic, iar ea refuză să fugă. Dar când el îi spune că-l sperie, asta o înspăimântă de-a binelea. Se uită în

jur să vadă dacă nu mai există şi alţi păianjeni, dar nu găseşte nici unul la fel de frumos ca al ei, aşa că rămâne cu el câtă vreme îl poate ajuta să ţească.

Diagnostic clinic:	Tulburare de caracter.
Poezia din copilărie:	Micuţa domnişoară Muffett.
Roluri:	*Salvator*, victimă.
Comutări:	De la Victimă (a circumstanţelor) la Salvatoare (a bărbaţilor) şi apoi la Victimă (a bărbaţilor).
Preceptul parental:	„Nu renunţa!"
Modelul parental:	„Uite cum să suporţi: bea."
Porunca parentală:	„Dacă pleci, o să ai necazuri şi mai mari."
Poziţia:	„Eu sunt OK — dacă-l ajut pe el să producă." „El e OK, fiindcă produce."
Decizie:	„Dacă eu nu pot să produc, am să găsesc pe cineva care poate."
Tricoul inscripţionat:	Pe faţă: „Mă descurc." Pe spate: „Loveşte-mă!"
Jocuri:	„Loveşte-mă", „Ce groaznic, nu-i aşa?"
Antiteza:	Scoală-te de pe scăunel şi nu mai bea.
Permisiunea:	Să-şi ia viaţa în mâini.

Clasificare

Scenariul „Micuţa domnişoară Muffet" e un scenariu de neînvingător. Ea n-o să facă progrese niciodată, dar cel puţin are un păianjen care se aşază lângă ea. Este un scenariu de tip „Ai voie" structurat pe obiectiv, cu sloganul: „Îl poţi ajuta să producă." Se bazează pe un plan de tip „Până când": „Stai singură până când cunoşti un prinţ-păianjen, iar pe urmă poţi începe să trăieşti." Timpul dintre „bună ziua" şi „noapte bună" e structurat prin certuri, băutură, iubire şi muncă.

D. Bătrânul soldat nu moare sau „Cine are nevoie de mine?"

Mac era un soldat viteaz şi avea grijă de oamenii lui. Dar într-o zi, din cauza neştiinţei sau a nesupunerii, mulţi dintre ei au fost ucişi, iar Mac s-a simţit vinovat. Asta, plus malaria, malnutriţia şi alte câteva lucruri i-au provocat o cădere. După ce şi-a revenit, s-a pus pe muncă, şi muncea, şi muncea, ca să nu se gândească, dar munca nu se termina niciodată, pentru că trebuia să-şi plătească datoriile. Mac era furnizor pentru petreceri, aşa că mergea la tot felul de nunţi şi alte evenimente fericite, dar el personal n-avea nimic de sărbătorit. Era mereu un privitor şi-i ajuta pe alţii să se simtă bine, oferindu-le mâncăruri, băuturi, alinare şi sfaturi, iar asta-l făcea să se simtă necesar, atât cât putea. Cel mai rău era noaptea, când rămânea singur şi gândurile îi bâzâiau la nesfârşit prin minte. Cel mai bine era sâmbăta noaptea, când se îmbăta şi putea să uite şi era aproape la fel cu toţi ceilalţi oameni.

Totul a început cu mult înainte de a intra în armată. Când avea şase ani, mama lui a fugit cu un soldat, iar când Mac şi-a dat seama că ea nu se mai întoarce, a făcut o febră teribilă şi a încercat să moară, fiindcă plecarea mamei însemna că aceasta n-are nevoie de el. Mac a început să muncească pe brânci încă din primii ani de liceu, dar ori de câte ori reuşea să strângă ceva bani, taică-său reuşea să-l păcălească într-un fel sau altul şi să-i ia economiile. Dacă-şi cumpăra ceva, taică-său vindea obiectul. Mac era invidios pe colegii lui de şcoală, fiindcă aceştia aveau mamă, şi se încăiera deseori. Nu-l deranja imaginea nasurilor pline de sânge în curtea şcolii, dar în război nu suporta să vadă cadavre. Era foarte bun ţintaş, însă-i părea rău ori de câte ori ucidea un inamic; de asemenea, nu le purta duşmănie acestora când îi omorau oamenii. Fiindcă se învinuia pentru moartea camarazilor, simţea că aceştia îl observă de undeva, aşa că avea mare grijă să nu-i mai şi insulte, simţindu-se bine, după ce le provocase pieirea. Singura excepţie erau momentele când se îmbăta, iar astea nu

contau — sau poate contau? Nu era niciodată sigur. O dată sau de două ori a încercat să facă un accident serios cu mașina și într-adevăr a fost rănit grav, dar a supraviețuit. Principala cale pe care încerca să se sinucidă era fumatul vârtos, la care n-a renunțat nici măcar când a făcut bronșită. După o perioadă îndelungată de terapie, s-a împăcat cu maică-sa, iar asta l-a ajutat să se simtă din nou bine.

Analiză clinică

Teză: Bătrânul soldat n-a fost suficient de bun pentru maică-sa și și-a dezamăgit prietenii. Ca urmare, e condamnat să muncească pe brânci la nesfârșit, fără să facă vreun pas înainte. E spectator în viață și nu poate lua parte la distracție. E oricând gata să-i ajute pe ceilalți, ceea ce înseamnă mai multă muncă, dar îl face să se simtă necesar. Moartea îi va fi singura eliberare, fiindcă nu-i poate îndurera prin sinucidere pe cei care-l iubesc. Nu poate decât să se topească puțin câte puțin.

Diagnostic clinic:	Schizofrenie compensată.
Cântec:	Soldatul bătrân nu moare.
Roluri:	*Salvator ratat*, Persecutor, Victimă.
Comutări:	De la Victimă (a mamei și a tatălui) la Salvator (al altor oameni) la Victimă (a circumstanțelor).
Preceptul parental:	„Muncește pe rupte și ajută-i pe ceilalți."
Modelul parental:	„Uite cum să rabzi: bea!"
Porunca parentală:	„Să nu faci nici un pas spre reușită."
Poziția:	„Eu sunt ne-OK." „Toți ceilalți sunt OK."
Hotărârea:	„Am să muncesc până cad mort."
Tricoul inscripționat:	Pe față: „Sunt un tip de treabă." Pe spate: „Chiar dacă din asta o să mi se tragă moartea."
Ocupația de timp liber:	Retrăirea amintirilor din război.
Jocul:	„Eu încerc doar să te ajut."
Antiteza:	Încetează să te mai sinucizi!
Permisiunea:	Să reintre în contact cu lumea și să înainteze spre reușită.

Clasificare

„Bătrânul soldat" e un scenariu de neînvingător, fiindcă pentru bătrânii soldați e o chestiune de onoare să nu facă progrese spre reușită. Este un scenariu de tip „N-ai voie" structurat pe obiectiv, cu sloganul: „N-ai voie să faci progrese până când ceilalți nu vor avea din nou nevoie de tine." Se bazează pe un plan de tip „După ce": „După ce se termină războiul nu poți decât să te topești încetul cu încetul." Timpul de așteptare e umplut ajutând oamenii și vorbind despre întâmplări din război.

E. Ucigașul de balauri sau „Tata le știe pe toate"

A fost odată ca niciodată un bărbat pe nume George, faimos atât pentru uciderea balaurilor, cât și pentru însămânțarea femeilor sterpe. Umbla fără țintă prin țară, un spirit cu totul liber — sau cel puțin așa părea. Într-o zi de vară, trecând călare pe pajiști, a văzut în depărtare cum se înalță în aer coloane de fum și flăcări. Când s-a apropiat de locul cu pricina, a auzit un muget cumplit, combinat cu țipetele ascuțite ale unei fecioare amenințate. „Aha! a strigat el, pregătindu-și lancea. E al treilea balaur și a treia fecioară în nici o săptămână! Am să răpun balaurul, și fără îndoială vitejia-mi va fi răsplătită generos." O clipă mai târziu i-a strigat balaurului: „Înapoi, pocitanie!", iar fecioarei: „Nu te teme!" Balaurul s-a tras înapoi și a început să scurme pământul cu labele, anticipând cu plăcere nu doar o masă dublă, ci și o luptă pe cinste — lucrul care-i plăcea cel mai mult. Fecioara, pe care o chema Ursula, a desfăcut brațele și a strigat: „Eroul meu! Sunt salvată!" Abia aștepta, în culmea încântării, nu doar să fie salvată și să privească o luptă pe cinste, ci și (din moment ce nu era chiar fecioară) să-i demonstreze salvatorului ei cât de recunoscătoare îi este.

George și balaurul s-au depărtat unul de altul, pregătindu-se de atac, în timp ce Ursula îi aclama pe amândoi. În acea clipă a apărut la fața locului un alt personaj, călare, bogat împodobit, cu o șa bătută în argint și desagi mari, plini cu monede de aur.

— Hei, băiete! a strigat nou-sositul.

George s-a întors și a exclamat surprins:

— Tată! Ce mult mă bucur să te văd!

S-a întors cu spatele la dragon, a descălecat și s-a dus la taică-său, să-i sărute picioarele. A urmat o conversație însuflețită, în care George spunea: „Da, tată. Sigur, tată. Cum spui tu, tată." Nici Ursula, nici dragonul nu auzeau replicile părintelui, dar în scurt timp și-au dat seama că discuția poate continua la nesfârșit.

— O, pentru numele lui Dumnezeu! a rostit Ursula, bătând din picior dezgustată. Ce mai erou! Cum apare babacu', se repede la el cu plecăciune și cu-nchinăciune, și nu mai are timp pentru biata de mine!

— Că bine zici, spuse și balaurul. Au s-o țină așa la nesfârșit.

Așa că și-a oprit aruncătorul de flăcări, s-a culcat și a adormit.

Dar în cele din urmă, bătrânul a plecat, iar George s-a pregătit să se întoarcă la luptă. Și-a luat iarăși lancea, așteptând ca balaurul să se ridice și să-l atace, iar Ursula să-l aclame. Însă Ursula a spus doar:

— Dobitocule! și a plecat.

Balaurul s-a ridicat și el în picioare și a spus:

— Nătărăule!

Apoi a plecat și el. Văzând asta, George a strigat:

— Hei, tată!

Și a pornit în galop după taică-său. Ursula și balaurul s-au întors după el în aceeași clipă și au strigat în urma lui:

— Păcat că-i așa bătrân, pentru că l-aș prefera pe el în locul tău!

F. Sigmund sau „Dacă nu reușești pe o cale, încearcă alta"

Sigmund a hotărât să devină un om mare. Era foarte muncitor și a încercat să intre în Instituție, care ar fi fost pentru el Raiul, dar cei de-acolo nu l-au primit, așa că s-a hotărât să vadă în schimb ce-i cu Iadul. În Iad nu exista Instituție și nimeni nu dădea atenție acelui loc, astfel că Sigmund a devenit o autoritate în materie de Iad, care, în acest caz, era Inconștientul. A avut atât de mare succes, încât după o vreme a devenit el însuși Instituția.

Analiză clinică

Teză: Jeder hotărăște că va deveni cineva. Oamenii îi pun tot felul de piedici, dar el, în loc să-și petreacă viața luptându-se cu ei direct, îi ocolește, caută o provocare pe măsura curajului său și devine cineva.

Diagnostic clinic:	Fobii.
Eroi:	Hanibal și Napoleon.
Roluri:	*Eroul*, Adversarii.
Comutări:	Erou, Victimă, Erou.
Preceptul parental:	„Muncește pe rupte și nu te da bătut."
Modelul parental:	„Folosește-ți inteligența ca să găsești soluția."
Porunca parentală:	„Fii cineva!"
Poziția:	„Eu sunt OK — dacă produc." „Ei sunt OK — dacă gândesc."
Hotărârea:	„Dacă nu pot ajunge în Rai, am să mut Iadul."
Tricoul inscripționat:	Nici unul vizibil.
Cupoane:	Nu colecționează.
Joc:	N-are timp de jocuri.
Antiteza:	Nu e necesară.
Permisiunea:	Are deja destule.

Clasificare

Este un scenariu de învingător, fiindcă Jeder este condus de scenariu (în original, *script-driven*) și face ce are de făcut. Este un scenariu de tip „Ai voie" structurat pe obiectiv, cu sloganul: „Dacă nu reușești pe o cale, poți încerca alta." Se bazează pe un plan de tip „Mereu": „Încearcă mereu." După „bună ziua", își suflecă mânecile și trece la treabă.

G. Florence sau „Un lucru dus la bun sfârșit"

Mama Florencei își dorea ca aceasta să-și găsească un soț bun și să-și petreacă viața în înalta societate, dar fata a auzit vocea lui Dumnezeu spunându-i că destinul ei e să slujească specia umană. Timp de paisprezece ani, toți cei din jur s-au luptat s-o împiedice să-și pună hotărârea în aplicare, dar în cele din urmă, ea a avut câștig de cauză și și-a început cariera ca soră medicală. Prin eforturi imense și luptându-se în continuare cu opoziția celor din jur, a intrat în grațiile Instituției și chiar ale Reginei. S-a devotat cu totul muncii ei și a refuzat deopotrivă să se implice în intrigi și să se scalde în admirația publicului. A revoluționat nu doar meseria de soră medicală, ci și întregul sistem de sănătate pe tot cuprinsul Imperiului Britanic.

Analiză clinică

Teză: Mama Florencei vrea ca aceasta să nutrească ambiții sociale, dar fetei, o voce lăuntrică îi spune că e sortită să facă lucruri mai importante. Se luptă aprig cu mama ei și învinge. Oamenii îi pun piedici în cale, dar ea, în loc să-și petreacă

timpul jucând jocuri cu ei, îi ocolește, căutând noi provocări, și devine eroină.

Diagnostic clinic:	Criză adolescentină cu halucinații.
Eroină:	Ioana d'Arc.
Roluri:	*Eroina*, adversarii.
Comutări:	Victimă, Eroină.
Preceptul parental:	„Mărită-te cu un bărbat bogat."
Modelul parental:	„Fă cum ți se spune."
Porunca parentală:	„Nu ne întoarce vorba!"
Poruncă halucinată (probabil vocea tatălui):	„Fii eroină, ca Ioana d'Arc."
Poziția:	„Eu sunt OK, dacă produc." „Ei sunt OK, dacă mă lasă."
Hotărârea:	„Dacă nu pot sluji omenirea într-un fel, am s-o slujesc în alt fel."
Tricoul inscripționat:	Pe față: „Îngrijește soldații." Pe spate: „Fă-o mai bine ca înainte."
Cupoane:	Nu colecționează.
Jocul:	N-are timp de jocuri.
Antiteza:	Nu e necesară.
Permisiunea:	Are deja suficiente.

Clasificare

Acesta e un scenariu de învingător și intră în aceeași categorie ca exemplul dinainte. În ambele cazuri, subiecții au preluat scenarii de înfrângere (Hanibal, Napoleon, Ioana d'Arc) și le-au transformat în scenarii de victorie, în ciuda tuturor piedicilor exterioare. Au realizat acest lucru păstrându-și opțiunile deschise, astfel încât să poată ocoli piedicile, în loc să se confrunte direct cu ele. Asta e calitatea flexibilității, care nu micșorează în nici un fel hotărârea sau eficiența. Astfel, dacă Napoleon sau Ioana d'Arc ar fi luat hotărâri condiționale, recompensa scenariului lor ar fi fost mult diferită; spre exemplu: „Dacă nu mă pot lupta cu englezii, pot lupta cu bolile."

H. Scenarii tragice

Se mai poartă și acum discuții controversate pe tema dacă învingătorii sunt învingători fiindcă au scenarii de victorie sau pentru că au permisiunea autonomiei. Dar în privința învinșilor nu există îndoială că aceștia urmează programarea părinților și imboldurile demonului lăuntric. Scenariile tragice (pe care Steiner le numește „hamartice"[80] pot fi nobile sau ignobile. Cele nobile sunt izvor de inspirație și model pentru drame nobile. Cele ignobile repetă aceleași scene și intrigi vechi de când lumea, cu aceeași distribuție cenușie, desfășurate în aceleași mizere „zone de depozitare" pe care societatea le oferă în mod convenabil învinșilor, ca să-și poată primi acolo răsplata: cârciumi, case de amanet, bordeluri, tribunale, închisori, aziluri și morgi. Ca urmare a stereotipiei deznodământului, e ușor de identificat elementele conforme cu scenariul în astfel de vieți. De aceea, tratatele de psihiatrie și criminologie ce includ studii de caz numeroase și detaliate sunt materiale excelente pentru studierea scenariilor.[81]

---

80 Steiner, C.M. *Games Alcoholics Play. Loc. cit.* Liddell și Scott prezintă câteva variante, dintre care cea mai relevantă este *hamartetikos* (predispus la eșec), din Aristotel, Eth. N. 2, 3, 7.

81 Unul dintre studiile cele mai recente, mai clarificatoare și mai convingătoare privind un anumit tip de învins este lucrarea *Another Look at Sex Offenders in California*, de Louise V. Frisbie. (Departamentul de Sănătate Mintală al Statului California, Sacramento, 1969) Există motive să credem că autoarea cunoaște cel puțin existența analizei scenariilor, dar o ignoră, în mod caracteristic (pentru criminologi), oferind în același timp numeroase exemple clare de comportament conform cu scenariul. Spre exemplu, un bărbat a fost eliberat condiționat, urmând să petreacă trei ani sub supraveghere, și nu a comis nici o infracțiune cunoscută până cu trei săptămâni înainte de încheierea perioadei de supraveghere. A reușit să fie arestat pentru „perversiune" cu o prostituată, fără a putea să explice cum a ajuns în acea situație (p. 60). Lucrarea în două volume *Studies in Criminal Psychopathology*, a lui Ben Karpman (Medical Science Press, Washington, D.C., 1933 și 1944), oferă exemple fascinante de *hamartia*, cu studii de caz complete. Primul volum a fost publicat în toiul primului val de cărți având ca temă principală persoanele cu statut

Scenariul rău îi este imprimat copilului cu Rânjetul Fascist, iar copilul se agață de el pe principiul Deținutului Nostalgic. Rânjetul Fascist e vechi de când lumea și funcționează în felul următor: Populației i se spune că regele sau conducătorul dușman e murdar, prost, inferior, o brută, mai degrabă animal decât om. După ce e luat prizonier, acesta e pus într-o cușcă cu câteva cârpe, fără instalații sanitare și fără ustensile de mâncat. După aproximativ o săptămână este scos în fața oamenilor, și, firește, arată murdar, prost, inferior, brută, toate aceste trăsături accentuându-se cu trecerea timpului. Iar atunci învingătorii zâmbesc și spun: „Ți-am zis eu!"

În esență, copiii sunt prizonierii părinților lor și li se poate induce orice stare vor aceștia. Spre exemplu, unei fete i se spune că e o nătăfleață isterică și care se autocompătimește întruna. Părinții îi cunosc punctul vulnerabil și, astfel, o pot chinui în fața musafirilor, până când ea nu mai suportă și începe să plângă. Din moment ce asta poartă eticheta „autocompătimire", fata se străduiește din toate puterile să nu plângă, iar când cedează, e ca o explozie. În felul ăsta, părinții pot spune: „Ce reacție isterică! Așa face de câte ori avem musafiri. Ce mai nătăfleață!" etc. Întrebarea-cheie în cercetările din analiza scenariilor este: „Cum ai crește un copil astfel încât, când ajunge mare, să reacționeze așa cum reacționează acest pacient?" Găsind răspunsul la întrebare, analistul de

---

inferior, din timpul Marii Depresiuni, deschis de romanul lui Edward Dahlberg, *Bottom Dogs*, 1930, și a fost mult mai interesant și mai convingător decât majoritatea lucrărilor de ficțiune din acea perioadă. Valul actual de literatură despre oamenii cu statut inferior (început poate cu romanul *Naked Lunch* al lui William Burroughs [Grove Press, New York, 1962]) e mai sofisticat, dar la fel de sumbru și plin de stereotipuri. Din punctul de vedere al scenariului, nu s-a schimbat nimic în ultimii treizeci de ani, nici măcar stilul — care, în definitiv, datează de la *Ulise* a lui James Joyce (1922) sau cel puțin de la volumul *Work in Progress* (*Finnegans Wake*) și alte scrieri publicate în *tranziția* de la sfârșitul anilor 1920. Joyce purta chiar ochelari cu lentile negre, la fel ca mulți dintre cei care-l imită astăzi. (Doctorul Stephen Karpman, care a elaborat Triunghiul Dramei descris în capitolul 10, este fiul doctorului Ben Karpman.)

scenarii reușește tot mai des să descrie corect felul cum a fost crescut pacientul, înainte ca acesta să-i ofere informațiile.

Mulți oameni care au petrecut ani lungi la închisoare percep lumea din afară ca fiind rece, complicată și înspăimântătoare, și comit o nouă infracțiune ca să fie trimiși înapoi după gratii. Chiar dacă sunt nefericiți acolo, e un loc familiar, cunosc regulile pe care trebuie să respecte ca să nu aibă probleme prea mari și-n plus, au acolo prieteni vechi. La fel, când încearcă să iasă din cușca scenariului, pacientul percepe lumea „de afară" ca fiind rece și, cum nu mai joacă vechile jocuri, își pierde prietenii vechi și trebuie să-și facă alții, noi, ceea ce îl înspăimântă adesea. Drept urmare, alunecă înapoi la vechiul stil, ca un Deținut Nostalgic.

Toate acestea pot face scenariul și efectele lui ceva mai ușor de înțeles.

Capitolul 13
CENUȘĂREASA

A. Trecutul Cenușăresei

Pentru analistul de scenarii, basmul Cenușăresei are tot ce trebuie. Cuprinde o mare varietate de scenarii împletite unele cu altele, nenumărate cotloane și unghere tainice unde se pot face noi descoperiri desfătătoare și, pentru fiecare rol, milioane de omologi în viața reală.

În această țară, Cenușăreasa înseamnă de obicei „Pantofiorul de sticlă". E o traducere a versiunii în limba franceză aparținând lui Charles Perrault, publicată pentru prima oară în anul 1697, prima traducere în engleză fiind cea a lui Robert Samber, publicată în 1729.[82] În dedicația pentru contesa de Granville, Samber arată clar că înțelege foarte bine influența conformă cu scenariul a poveștilor de acest fel. El spune că Platon „dorește ca, împreună cu laptele, copiii să absoarbă acele povești, și le recomandă doicilor să-i învețe". „Morala" inclusă de Perrault la sfârșitul poveștii Cenușăresei conține, firește, Preceptele Părintelui.

Dar mult mai prețioasă ca un chip frumos
E-acea virtute care se numește bunătate;
Ea depășește frumusețea-n farmec de departe
Și tocmai asta a fost zestrea Nașei Bune
Pentru Cenușăreasă, chipeșă copilă

---

[82] Cartea lui Samber se intitulează *Histories or Tales of Past Times: With Morals. By M. Perrault.* A fost tipărită pentru J. Pote la Sir Isaac Newton's Head, și R. Montagu, Corner of Great Queen Street, 1729.

Pe care a-nvățat-o cu atâta grijă
Purtarea grațioasă, nobilă, aleasă,
Că într-o bună zi a devenit regină.

Ultimele trei rânduri descriu modelul parental primit de Cenușăreasă de la nașa ei și care se aseamănă perfect cu modelul descris în cazul „doamnei" din capitolul 6. Perrault extrage și o a doua morală, care subliniază cât de esențială e permisiunea parentală pentru ca un copil să aibă valoare.

De mare preț e, sigur, pentru om, când are
O minte ageră, curaj, un leagăn nobil, cuget sănătos...
Dar toate-aceste daruri mari, de sus venite
În lume nu-i vor duce pașii înainte
Dacă de Ursitoare el a fost uitat
Ori Nașele au fost zgârcite la-nzestrat.

Traducerea lui Samber a fost ușor modificată de Andrew Lang în cartea sa, *Blue Fairy Book*, una dintre cele mai populare cărți de basme citite copiilor și de către copii; de aici își formează ei prima imagine despre Cenușăreasă. În această blândă versiune franceză, Cenușăreasa își iartă surorile vitrege și le găsește soți bogați. *Basmele Fraților Grimm*, de asemenea populare în această țară, conțin versiunea germană, numită „Ashenputtel". E un basm sângeros: la final, turturelele ciugulesc sistematic ochii surorilor vitrege. Povestea Cenușăresei se găsește, de asemenea, în multe alte țări.

Cu acest fundal, suntem pregătiți să luăm în considerare o perspectivă marțiană asupra Cenușăresei, pe modelul lui Perrault, care e varianta existentă în mintea celor mai mulți copii vorbitori de engleză; vom discuta diferitele scenarii implicate, dintre care multe pot fi recunoscute cu ușurință în viața reală. La fel ca în cazul Scufiței Roșii, perspectiva marțiană și viața reală ne spun ceva foarte important: ce se întâmplă cu personajele *după ce* se încheie basmul în carte.

B. Povestea Cenușăresei

După Perrault, a fost odată ca niciodată un bărbat care s-a recăsătorit cu o văduvă, cea mai orgolioasă și mai trufașă femeie din câte au existat vreodată. (Fără îndoială, era și frigidă, cum se întâmplă deseori cu astfel de mirese.) Ea avea două fiice, care-i semănau perfect în toate privințele. Bărbatul avea și el o fiică, de la prima soție, o fată bună și blândă asemeni mamei ei, care era cea mai bună ființă din lume.

Imediat după nuntă, mama vitregă a început să se poarte deosebit de crud cu Cenușăreasa. Nu putea înghiți calitățile acestei fete frumoase, fiindcă ele făceau ca propriile ei fiice să fie mult mai detestate și mai disprețuite. Biata copilă îndura totul cu răbdare și nu îndrăznea să-i spună nimic tatălui ei, care ar fi certat-o, fiindcă era cu totul sub papucul soției lui. După ce-și termina treaba, fata avea obiceiul să se ducă în colțul vetrei, lângă horn, și să se așeze acolo pe cenușa caldă, așa că au început să-i spună Cenușăreasa.

Într-o bună zi, fiul regelui a dat un bal la care a invitat toate persoanele demne de așa ceva, inclusiv pe cele două surori. Cenușăreasa le-a ajutat să-și aranjeze părul și să se îmbrace, timp în care ele au tachinat-o pentru că n-a fost invitată, iar ea a încuviințat că un eveniment atât de elegant nu-i de nasul celor ca ea. După plecarea surorilor, fata a început să plângă, dar a apărut nașa ei, zâna, care i-a promis că va merge și ea la bal. I-a cerut fetei: „Du-te în grădină și adu-mi un dovleac." A luat dovleacul, l-a scobit și l-a transformat într-o caleașcă din aur. Caleașca avea șoricei în loc de cai, un șobolan mustăcios, gras și vesel drept vizitiu și șopârle drept valeți. Cenușăreasa a primit o rochie elegantă, giuvaeruri și niște pantofi mici, din sticlă. Nașa ei i-a dat de grijă să nu rămână la bal după ce ceasul bătea miezul nopții.

La bal, Cenușăreasa a făcut senzație. Prințul a așezat-o pe locul de onoare, iar regele însuși, deși bătrân, nu se putea abține s-o privească și-i tot vorbea reginei despre ea, în șoaptă. Cu un sfert de oră înainte de miezul nopții, Cenușăreasa a

plecat. Când surorile ei au venit acasă, s-a prefăcut că se trezește din somn. Ele i-au povestit despre frumoasa prințesă necunoscută. Cenușăreasa a zâmbit și a spus: „O, cred că era într-adevăr foarte frumoasă! Ce mult mi-aș dori s-o văd și eu! Împrumutați-mi niște haine de-ale voastre, ca să pot merge la palat mâine seară." Dar surorile au refuzat-o, și fata s-a bucurat, fiindcă n-ar fi știut ce să facă dacă ele ar fi fost de acord.

În seara următoare, Cenușăreasa se simțea atât de bine la bal, încât a uitat să plece înainte de miezul nopții. Când a auzit bătaia orologiului, a sărit și a rupt-o la fugă, agilă ca o căprioară. Prințul a fugit după ea, dar n-a reușit s-o prindă, cu toate că, în grabă, fata și-a pierdut unul dintre pantofii de sticlă, pe care prințul l-a luat de jos cu mare grijă. Câteva zile mai târziu, prințul a dat de veste, în sunet de trâmbițe, că se va căsători cu cea în al cărui picior se va potrivi pantoful. Și-a trimis oamenii prin regat ca să dea pantoful tuturor femeilor, să-l încerce. După ce surorile vitrege au încercat să-și înghesuie piciorul în pantof, fără succes, Cenușăreasa, care cunoștea pantoful, a spus râzând: „Dați-mi-l să-l încerc." Surorile au râs și au început să-și bată joc de ea, dar curteanul care fusese trimis cu pantoful a spus că i s-a poruncit să-l dea tuturor femeilor să-l încerce. I-a spus Cenușăresei să se așeze și a constatat că pantoful i se potrivește ca turnat. Uluirea celor două surori în acea clipă a fost mare, dar și mai mare când Cenușăreasa a scos din buzunar celălalt pantof și și l-a pus în picior. Apoi a apărut nașa fetei și, cu bagheta fermecată, a schimbat hainele de Cenușăreasă în veșminte bogate, splendide.

Cele două surori, când au văzut că ea e prințesa cea frumoasă, i s-au aruncat la picioare și i-au cerut iertare; Cenușăreasa le-a îmbrățișat și le-a iertat. Apoi a fost dusă la prinț, și după câteva zile s-au căsătorit. Cenușăreasa le-a chemat pe surori să locuiască la palat și le-a căsătorit, în aceeași zi, cu doi lorzi de la curte.

C. Scenarii împletite între ele

Această poveste are atât de multe trăsături interesante, încât e greu de găsit punctul de unde să începem discuția. În primul rând, distribuția e mult mai numeroasă decât pare la prima vedere. În ordinea apariției, persoanele sunt următoarele:

Tatăl	Nașa	(Regina)
Mama vitregă	(Vizitiul,	(Gărzile)
Fiica A	valeții)	Un curtean
Fiica B	(Invitații de la bal)	Doi lorzi
Cenușăreasa	Prințul	
(Mama)	Regele	

Asta înseamnă nouă personaje principale, câteva roluri mute sau de o singură replică și o mulțime de figuranți. Cel mai interesant aspect în privința distribuției e faptul că aproape toate personajele sunt corupte, după cum vom vedea în scurt timp.

O altă trăsătură este claritatea comutărilor, comună majorității basmelor concepute pentru copii. Cenușăreasa e la început o persoană OK, pe urmă devine Victimă, după aceea un Persecutor tachinător și, în cele din urmă, Salvator. Mama vitregă și fiicele ei devin din Persecutori, Victime, transformare și mai pronunțată în versiunea germană, „Ashenputtel", în care surorile vitrege își taie o bucată din talpă ca să li se potrivească pantoful. Sunt introduse, de asemenea, celelalte două roluri clasice care se găsesc în jocul „Alcoolicul". În acest caz, rolul Relației e jucat de nașă, care-i pune Cenușăresei la dispoziție lucrurile de care are nevoie, în timp ce Manipulații sunt lorzii aleși pentru a se căsători cu surorile cele rele.

Să vedem în continuare scenariile oamenilor implicați. Nu trebuie prea mult timp ca să ne dăm seama cât de multor personaje li se dezvăluie scenariul prin acest basm simplu.

1. *Cenușăreasa.* Ea are o copilărie fericită, dar apoi trebuie să sufere până când are loc un anumit eveniment. Însă scenele cruciale sunt structurate în funcție de timp: Cenușăreasa poate să se simtă cât de bine vrea până la miezul nopții, după care trebuie să revină la starea anterioară. Se pare că a evitat tentația de a juca „Ce groaznic, nu-i așa?", chiar și cu tatăl ei, și e pur și simplu un personaj nefericit, melancolic, până la bal, când începe acțiunea. După aceea, ea joacă „Prinde-mă" cu prințul, iar mai târziu, cu un zâmbet de scenariu, joacă „Am un secret" cu surorile ei. Punctul culminant vine cu un zdrobitor joc de „Acum ne spune!", în care Cenușăreasa primește, cu un râs tachinător, răsplata scenariului de învingător.

2. *Tatăl.* Scenariul îi cere să-și piardă prima soție, iar apoi să-și îndepărteze fiica și să se însoare cu o femeie dominatoare (și probabil frigidă), care-i va face și pe el, și pe fata lui să sufere. Dar, după cum vom vedea, are un as în mânecă.

3. *Mama vitregă.* Ea are un scenariu de învins. Joacă și ea „Acum îmi spune!", seducându-l pe tatăl Cenușăresei, făcându-l să se însoare cu ea și apoi dezvăluindu-și, imediat după nuntă, firea adevărată, plină de răutate. Trăiește prin intermediul fiicelor ei și speră ca, prin purtarea ei rea, să obțină pentru ele o răsplată princiară, dar în cele din urmă, ea e învinsa.

4. *Surorile vitrege.* Contrascenariul lor se bazează pe preceptul mamei, „Poartă-ți ție de grijă și nu da fraierilor șanse egale", dar rezultatul final se bazează pe porunca „Să nu reușești". Din moment ce aceeași poruncă se găsește și în scenariul mamei, e evident că ea s-a transmis de la bunici. Ele joacă un joc dur de „Nătăfleață", mai întâi chinuind-o pe Cenușăreasă cât pot de tare, iar apoi cerându-și scuze și primind iertarea ei.

5. *Nașa.* Ea e, de fapt, cel mai interesant personaj. Ce motive a avut ca s-o echipeze de bal pe Cenușăreasă? De ce nu s-a mulțumit să aibă o conversație plăcută cu ea și s-o consoleze, în loc s-o trimită la palat cu atâta pompă? Situația stătea astfel: mama vitregă și surorile vitrege lipseau toată seara, acasă rămânând doar Cenușăreasa și tatăl ei. De ce era nașa atât de nerăbdătoare să scape de Cenușăreasă? Ce s-a petrecut în casa cu pricina după ce nașa și tatăl au rămas singuri toată seara, ceilalți fiind cu toții la palat? Spunându-i fetei să nu rămână la bal după miezul nopții, a putut fi sigură că va sta până la ora aceea și, totodată, că va fi prima care se va întoarce. Astfel a fost evitat riscul ca nașa să fie găsită de celelalte femei, din moment ce sosirea Cenușăresei acasă a avertizat-o să dispară în timp util. Dintr-un punct de vedere cinic, întreaga poveste pare înscenată pentru ca tatăl și nașa să-și poată petrece seara împreună.

6. *Prințul.* Prințul era un dobitoc și, fără îndoială, după însurătoare a căpătat exact ce merita. Își lasă iubita să-i scape din mâini de două ori la rând fără să reușească să-și facă idee cine e. Pe urmă, când ea fuge, nu izbutește s-o prindă din urmă, cu toate că ea șchioapătă, având doar un pantof. În loc să pornească el însuși s-o caute, își trimite un prieten să facă treaba în locul lui. Și, în sfârșit, se însoară cu fata asta cu trecut neclar și familie îndoielnică, la nici o săptămână după ce o cunoaște. În ciuda impresiei superficiale cum că își câștigă mireasa, toate acestea indică un scenariu de învins.

7. *Regele.* Regelui îi plac fetele și e cam gură-spartă. Și nici nu-și apără fiul de propria-i impulsivitate.

8. *Curteanul.* E cel mai cinstit dintre toate personajele din poveste. În loc să-și facă datoria neglijent sau, arogant, să râdă de Cenușăreasă, cum au râs surorile ei, își îndeplinește misiunea cu un bun simț al dreptății. Și nici nu fuge chiar el cu Cenușăreasa, cum ar fi procedat un om mai puțin corect, ci i-o duce teafără și nevătămată stăpânului său. E cinstit, eficient și conștiincios.

9. *Cei doi lorzi*, desigur, sunt manipulații: ca niște fraieri, acceptă să fie însurați cu două fete deloc cumsecade, despre care nu știu nimic și pe care le văd pentru prima oară abia în ziua nunții.

D. Cenușăreasa în viața reală

Important e că toate aceste personaje pot fi identificate în viața reală. Iată, spre exemplu, povestea unei Cenușărese.

Părinții Ellei au divorțat când ea era mică, iar ea a rămas cu mama. La scurt timp după divorț, tatăl s-a căsătorit. A avut două fete cu a doua soție, care era geloasă pe Ella când aceasta venea în vizită și, de asemenea, îi purta pică pentru banii pe care-i trimitea tatăl ca pensie alimentară. Câțiva ani mai târziu s-a recăsătorit și mama, iar Ella a trebuit să meargă să stea la tatăl ei, fiindcă pe mama ei și pe noul tată vitreg îi interesa mai mult băutura decât creșterea fetei. Ella nu era deloc fericită în noul cămin, fiindcă mama vitregă îi arăta clar că n-o place deloc, iar tatăl nu făcea mare lucru ca s-o apere. Trebuia să se mulțumească întotdeauna cu ce rămânea pentru ea, iar surorile o tachinau mereu. Era foarte timidă și, în adolescență, ieșea foarte puțin cu băieți, pe când surorile ei aveau o viață socială activă, la care ea nu era invitată să participe.

Însă Ella avea un avantaj. Știa un lucru pe care ceilalți nu-l cunoșteau. Tatăl ei avea o amantă, o femeie divorțată pe nume Linda, care avea un Jaguar, purta coliere stil hippy foarte costisitoare și uneori fuma marihuana. Ella și Linda au devenit foarte bune prietene, în taină, și purtau conversații lungi despre problemele amândurora cu tatăl fetei. De fapt, Linda o sfătuia pe Ella în multe privințe și-i era ca o nașă. O îngrijora mai cu seamă faptul că fata nu prea avea viață socială.

Într-o după-amiază, Linda i-a spus: „Maică-ta nu-i acasă, iar surorile tale au întâlnire; ce-ar fi să ieși și tu? N-are nici un haz să stai singură acasă. Îți împrumut eu mașina și niște haine, și poți să mergi la Balul Rock-and-Roll, unde sunt o mulțime de băieți cu care ai putea să faci cunoștință. Vino la mine pe la șase, mâncăm și pe urmă te dichisesc." Ella s-a gândit că Linda și tatăl ei își vor petrece seara împreună, așa că a acceptat.

Linda a fost de părere că Ella arată foarte bine elegantă și aranjată; i-a dat cheile de la mașina ei cea frumoasă și i-a spus: „Nu trebuie să te întorci prea devreme."

La bal, Ella a cunoscut un băiat de treabă, pe nume Roland, și a început să iasă cu el. Dar acesta avea un prieten, un băiat sărac, cântăreț de chitară, pe care-l interesa Ella mai mult decât pe Roland, așa că în scurt timp, fata a început să iasă pe ascuns cu Prince, chitaristul. Nu voia ca Prince s-o viziteze acasă, fiindcă știa că maică-sa ar fi dezaprobat înfățișarea neîngrijită a băiatului, așa că Roland venea s-o ia, împreună cu prietena lui, apoi îl luau și pe Prince și ieșeau în patru. În acest timp, tatăl și cu mama ei vitregă credeau că Ella e prietena lui Roland, fapt care-i amuza grozav pe cei doi.

La drept vorbind, Prince nu era deloc sărac. Provenea dintr-o familie înstărită și avea o educație bună, dar voia să reușească singur în industria divertismentului. A început să fie tot mai cunoscut, iar după ce și-a dobândit renumele, el și cu Ella au hotărât să aducă adevărata poveste la cunoștința rudelor fetei, înainte ca ele să afle din altă parte. Vestea le-a surprins complet pe surori, care iubeau la nebunie albumele lui Prince; cele două au fost foarte geloase când Ella a anunțat că a câștigat așa o comoară de soț. Dar ea nu le-a purtat ranchiună pentru felul cum se purtaseră și le-a dat deseori bilete gratis la concertele lui Prince. Ba chiar le-a făcut cunoștință cu câțiva prieteni de-ai lui.

E. După terminarea balului

Am văzut deja că aventura din copilărie a Scufiței Roșii cu lupul (bunicul ei) i-a influențat profund viața adultă.

Știind ce fac oamenii reali, nu e greu de presupus ce s-a întâmplat cu Cenușăreasa după ce s-a măritat. A descoperit că viața de prințesă e singuratică. Voia să mai joace „Prinde-mă!" cu prințul, dar el nu era prea amuzant. Își tachina

surorile când veneau în vizită, dar nici asta n-o amuza prea multă vreme, mai cu seamă pentru că acum, că ea era în avantaj, acestea nu-i primeau prea bine glumele. Regele se uita uneori ciudat la ea și nu era chiar atât de bătrân cum se prefăcea, dar nici atât de tânăr cum voia să pară; în orice caz, nu voia să se gândească la asemenea lucruri. Regina se purta frumos cu ea, dar foarte oficial, așa cum e de așteptat din partea unei regine. Cât privește restul oamenilor de la curte, Cenușăreasa trebuia să se poarte foarte oficial cu ei. Când a sosit sorocul, a născut băiatul pe care-l așteptau și ea, și toți ceilalți, eveniment ce a prilejuit multă bucurie și sărbătoare. Dar alți copii n-a mai avut, și cum pe micul duce îl îngrijeau doicile și guvernantele, Cenușăreasa a ajuns în scurt timp să se plictisească la fel de tare ca înainte, mai ales în timpul zilei, când soțul ei pleca la vânătoare, și seara, când el se așeza la masa de joc cu prietenii de la curte și pierdea bani.

După o vreme, Cenușăreasa a făcut o descoperire stranie. Persoanele care o interesau cel mai mult, deși încerca să ascundă acest lucru, erau servitoarele care se ocupau de cămară și de curățatul sobelor. Își găsea tot felul de scuze ca să se afle în preajma lor în timp ce munceau. În scurt timp, a început să le facă sugestii, pe baza propriei experiențe îndelungi cu astfel de treburi. Apoi, plimbându-se cu trăsura prin micul regat, uneori cu fiul ei și guvernanta acestuia, alteori fără ei, și umblând pe jos prin zonele mai sărace din orașe și sate, a observat ceva ce, de fapt, știuse dintotdeauna: pe tot cuprinsul regatului erau mii de femei care munceau în cămări și curățau sobe. Se oprea să stea la taclale cu ele și să discute despre munca lor.

În scurt timp, și-a luat obiceiul de a face cu regularitate turul celor mai sărace gospodării, unde femeile trudeau cel mai mult. Se îmbrăca în haine vechi și se așeza în cenușă, vorbind cu ele, sau le ajuta la bucătărie. În scurtă vreme s-a dus vestea în regat despre faptele Cenușăresei, iar prințul chiar s-a certat cu ea din cauza asta, dar ea a insistat că asta vrea să facă, mai mult decât orice altceva, și și-a văzut de

treabă în continuare. Într-o zi, una dintre doamnele de la curte, care se plictisea și ea, i-a cerut voie s-o însoțească. Treptat, s-au arătat interesate și altele. N-a trecut mult și zeci de doamne nobile au început să-și pună hainele cele mai vechi în fiecare dimineață și să meargă în oraș, unde ajutau femei sărace la muncile cele mai grele din gospodărie, pălăvrăgind cu ele și aflând tot felul de povești interesante.

Apoi prințesei i-a venit ideea ca toate doamnele de la curte care ajutau femeile sărace să se adune laolaltă ca să discute problemele cu care se confruntau, așa că le-a organizat într-o societate, a cărei președintă a devenit. Începând din ziua aceea, ori de câte ori veneau în oraș hornari, negustori de legume ambulanți, tăietori de lemne, ajutoare de bucătari sau gunoieri străini, erau invitați să vorbească la ședințele Societății despre noutățile din meseria lor și despre cum este ea practicată în țara lor. Astfel, Cenușăreasa și-a găsit locul în viață și, împreună cu noii ei prieteni, a contribuit mult la bunăstarea regatului.

F. Basme și oameni reali

Nu e deloc greu de găsit, în societate sau în practica clinică, exemple ale tuturor personajelor din povestea Cenușăresei, de la Cenușăreasa însăși și rudele ei apropiate, la Prințul cel lipsit de eficiență și la Rege și chiar până la vizitiul cel vesel, cu favoriți, care nu rostește o vorbă și care a pornit în viață cu chip de șobolan. Există, de asemenea, cei care vin să probeze pantoful și să afle că, de fapt, ceea ce seamănă cu o ureche de porc e o pungă de mătase.

Terapeutul poate să-și asculte pacientul și să caute în minte basmul care se potrivește cu ceea ce aude sau să răsfoiască indexul tematic al lui Stith Thompson[83] când ajunge

[83] Thompson, Stith. *Motif-Index of Folk-Literature.* Indiana University Press, Bloomington și Londra, 1966. Basmele de tip Cenușăreasa

acasă, dar o cale mai simplă constă în a-i cere chiar pacientului să-și istorisească viața ca pe un basm. Un exemplu ni-l oferă Drusilla, care nu era pacientă, dar a răspuns solicitării în timpul unui seminar despre basme.

Cu multe generații în urmă, un strămoș al Drusillei a inventat un dispozitiv de largă folosință, așa că numele lui e rostit și acum în majoritatea locuințelor obișnuite. Povestea începe cu Vanessa, mama Drusillei, o descendentă a acestui patriarh. Mama Vanessei a murit când ea era mică, astfel că aceasta s-a dus să locuiască la un unchi în vârstă, fratele unui bunic, pe nume Charles. Acesta avea o fermă mare, în apro-

---

sunt clasificate de Thompson în categoria: „Eroina nepromițătoare. De obicei fata cea mai mică, dar nu întotdeauna." Printre sursele pe care le indică se numără unele irlandeze, bretone, italiene, Tunamotu și Zuți. Include, de asemenea, „Eroi nepromițători" drept Cenușărese masculine. Face trimitere la „Fata cea mică victorioasă", cu un număr mare de trimiteri la motive din întreaga lume, inclusiv din India și China. Mai există, de asemenea, motivul „Mezina abuzată" și, mai răspândit dintre toate, „Mama vitregă cea crudă". Alte roluri și tranzacții răspândite sunt: „Prințul îndrăgostit de fata din popor", „Fata îi trimite prințului mesaje prin semne", „Fetița îl mituiește pe prinț să se însoare cu ea". Cenușa ca sălaș al unei eroine nepromițătoare e întâlnită, printre altele, în creații populare din Franța, Spania, Italia, Islanda, China și ale indienilor Micmac. „Testul pantofului" este de asemenea foarte răspândit. *Cendrillon*, Cenușăreasa originală franceză, purta pantofi din blană de veveriță (*vair*, în heraldică), termenul fiind confundat cu *verre* și tradus greșit prin „sticlă". Pantofii lui Ashenputtel erau făcuți din aur. Cenușăreasa așa cum o cunoaștem își are probabil originea în Neapole, numindu-se *La Gata Cenerentola*. În franceză se numește Cu Cendron sau Fund de Cenușă, iar în engleză, uneori, Cinderbreech. Există o operă de Rossini intitulată *La Cenerentola* (jucată la Opera din San Francisco în 1969, iar în New York, în 1958 și în aprilie 1970. Rossini le numește pe surori Clorinda și Tisbe) și două balete. În baletul compus de d'Erlanger și Fokine, cele două surori sunt interpretate de balerini, fapt cu intenție comică așa cum e înțeleasă comedia în baletul rusesc. Cel mai renumit balet pe această temă este semnat de Prokofiev.

Cf. Barchilon, J. și Pettit, H. (coord.) *The Authentic Mother Goose*. Alan Swallow, Denver, 1960.

piere de Los Angeles, dotată cu piscină, terenuri de tenis, lac propriu și chiar un teren de golf. Vanessa a crescut în acest mediu și a cunoscut oameni din multe țări. Însă nu era foarte fericită, iar la șaptesprezece ani a fugit să se mărite cu un bărbat din Filipine, pe nume Manuel. Cele două fiice ale lor, Drusila și sora ei, Eldora, au crescut pe o plantație din Filipine. Drusilla era preferata tatălui. Eldora era băiețoaică și a ajuns foarte sportivă, expertă la călărie, tras cu arcul și golf. Tatăl o bătea des, dar pe Drusilla, niciodată. Într-o zi, când Eldora avea avea optsprezece ani, tatăl ei a vrut s-o pedepsească. Fata crescuse înaltă cât el și era mult mai puternică. În timp ce tatăl înainta spre ea, Eldora a început să tremure, ca întotdeauna, dar brusc, Drusilla a observat o transformare stranie. Eldora și-a îndreptat ținuta, și-a încordat mușchii și i-a spus tatălui, privindu-l aprig în ochi: „Să nu mai îndrăznești să pui vreodată mâna pe mine!" A fost rândul lui să se facă mic și să dea înapoi. La scurt timp după această întâmplare, Vanessa a divorțat de soțul ei și s-a dus să locuiască, împreună cu cele două fete, pe proprietatea unchiului Charles.

Trăind la ferma unchiului, Drusilla a cunoscut un bărbat dintr-o țară îndepărtată, cu care s-a căsătorit și a avut doi copii. Dar cum dintotdeauna îi plăcuse să confecționeze obiecte, a devenit țesătoare și, în cele din urmă, profesoară de țesut. Interesul față de țesut a adus-o la seminarul despre basme.

Drusilla a fost rugată să-și spună povestea sub formă de basm, folosind termeni din limbajul analistului de scenarii — broaște, prinți, prințese, învingători și învinși, vrăjitoare și bestii. Iată cum a relatat-o:

„A fost odată ca niciodată un rege care a cucerit multe pământuri, pe care le-a moștenit fiul lui cel mai mare. Stăpânirea regatului a trecut din generație în generație și, cum moștenirea îi revenea întotdeauna fiului cel mare, cei mai mici se alegeau cu foarte puțin. Unul dintre fiii mai mici și săraci a avut o fiică, Vanessa. Cum el a murit la vânătoare, unchiul Vanessei, regele, a luat-o să trăiască la palat, alături

de el, iar acolo, fata a cunoscut un prinț dintr-o țară străină, îndepărtată. Prințul a luat-o din regat și a dus-o în regatul lui, aflat la malul mării, unde creșteau multe flori și păduri ciudate. Însă după o vreme, Vanessa a aflat că prințul ei, Manuel, era de fapt un broscoi. Manuel a fost la fel de surprins când a descoperit că frumoasa mireasă, pe care o luase de soție fiindcă o credea prințesă, s-a dovedit a fi o vrăjitoare. Cei doi au avut două fiice. Cea mare, Eldora, era o broască, la fel ca tatăl ei; acesta n-o iubea deloc și, când era mică, obișnuia s-o certe și s-o bată. Fata cea mică, Drusilla, era o prințesă, și Manuel o trata ca atare.

Într-o zi a venit la Eldora o zână, care i-a spus: «Te voi apăra. Dacă tatăl tău mai încearcă vreodată să te bată, trebuie să-i spui să înceteze!» Așa că data următoare când Manuel a încercat s-o bată, Eldora s-a simțit dintr-o dată foarte puternică și i-a cerut să nu se mai atingă de ea niciodată. Manuel a fost foarte indignat și a crezut că soția lui, Vanessa, a îndemnat-o pe fată să se răzvrătească împotriva lui, așa că Vanessa a hotărât să plece. A părăsit regatul cel îndepărtat împreună cu fetele ei și s-a întors în regatul unchiului Charles, unde cele două fete au trăit fericite, până într-o zi, când a venit un prinț care s-a îndrăgostit de Drusilla. Cei doi s-au căsătorit cu mare fast și au avut două fete frumoase, iar Drusilla a trăit fericită până la adânci bătrâneți, crescându-și copiii și țesând tapiserii minunate."

Toți participanții la seminar au căzut de acord că a fost o poveste excelentă.

Capitolul 14
CUM E CU PUTINȚĂ SCENARIUL DE VIAȚĂ?

Jeder șade la pian și-și plimbă degetele pe claviatură. Sulul de hârtie, imprimat cu multă vreme în urmă de strămoșii lui, se rotește încet. Muzica se revarsă într-un tipar pe care el nu-l poate schimba — uneori melancolică, alteori veselă, acum stridentă, acum melodioasă. Din când în când, Jeder ia un acord, uneori vocal, al cărui sunet poate să se combine perfect cu ceea ce e scris sau să tulbure curgerea lină a melodiei sorții. Se oprește să se odihnească, fiindcă sulul e mai gros decât papirusul legii din templu. El cuprinde legea și profeții, cântecele și lamentările, un vechi testament și unul nou: un cadou cu adevărat magnific, mediocru, sumbru sau jalnic, pe care i l-au oferit bucată cu bucată părinții lui iubitori, indiferenți sau plini de ură. Nutrește iluzia că muzica îi aparține și, pentru asta, are martor propriul corp, care obosește tot mai mult cu fiecare oră și fiecare zi de lovit neîncetat în claviatură. Uneori, în timpul pauzelor, se ridică să facă o plecăciune sau să primească huiduieli de la rude și prieteni, care cred, de asemenea, că melodia pe care o cântă îi aparține.

Cum se face că membrii speciei umane, cu toată înțelepciunea, conștiința de sine și dorința de adevăr și identitate pe care au adunat-o, își dau voie să rămână într-o astfel de situație mecanică, marcată de patetism și autoînșelare? În parte se întâmplă așa pentru că ne iubim părinții și în parte fiindcă viața e mai ușoară astfel, dar totodată e și pentru că, în evoluția noastră, încă nu ne-am îndepărtat suficient de strămoșii primate ca să procedăm altfel. Avem ceva mai multă conștiință de sine decât primatele, dar nu mult mai

multă. Scenariile sunt posibile doar fiindcă oamenii nu știu ce-și fac lor înșile și ce le fac celorlalți. De fapt, a ști ce faci reprezintă opusul funcționării după un scenariu. Există anumite aspecte ale funcționării organice, psihice și sociale care se petrec fără voia omului — scăpări care au loc fiindcă au fost programate. Ele influențează puternic destinul individului, prin intermediul celor din jur, în timp ce el își păstrează iluzia autonomiei. Dar există totodată anumite remedii ce pot fi folosite.

A. Plasticitatea chipului

Mai presus de toate, plasticitatea feței omului face viața să fie o aventură și nu o experiență controlată. Acest lucru se bazează pe un principiu biologic aparent neînsemnat, dar cu o imensă putere socială.[84] Sistemul nervos uman este construit astfel încât impactul vizual pe care-l au asupra privitorului mișcările mici ale mușchilor faciali este mai mare decât impactul kinestezic al subiectului. O mișcare de numai doi milimetri a unuia dintre mușchii mici din jurul gurii poate fi imperceptibilă pentru Jeder, dar cât se poate de evidentă pentru tovarășii lui. Acest lucru se poate verifica în fața oglinzii. Măsura în care subiectul nu e conștient cum arată se demonstrează foarte simplu cerându-i să execute acțiunea banală de a-și curăța cu limba partea din față a dinților. Jeder poate să facă acest lucru într-un mod care lui îi pare extrem de discret și de delicat. Din câte-și poate da seama, judecând după senzațiile kinetice sau musculare, abia dacă-și mișcă fața. Dar dacă stă în fața oglinzii, vede că ceea ce pare o mișcare neînsemnată a limbii provoacă de fapt o distorsionare puternică a trăsăturilor sale, mai cu seamă a bărbiei, și care include totodată mușchii gâtului. Dacă acordă mai multă

84 Berne, E. *Principles of Group Treatment. Loc. cit.*, p. 66 n.s.

atenție decât de obicei senzațiilor sale musculare, va observa de asemenea că mișcarea îi influențează fruntea și tâmplele.

În focul unei interacțiuni sociale, acest fenomen poate să se petreacă de zeci de ori fără ca Jeder să-l conștientizeze: ceea ce lui îi pare o deviere minoră a musculaturii expresive provoacă o schimbare majoră a înfățișării lui. Pe de altă parte, Copilul din Zoe, privitoarea, urmărește (atât cât permit bunele maniere) semnele care-i vor sugera cam care sunt atitudinea, simțămintele și intențiile lui Jeder. Astfel, el dezvăluie mereu mai mult decât crede, doar dacă nu cumva e unul dintre acei oameni care-și țin în mod obișnuit trăsăturile feței încremenite, impenetrabile, și au grijă să nu-și dezvăluie reacțiile. Însă importanța plasticității faciale este dovedită de faptul că astfel de persoane impenetrabile îi neliniștesc pe ceilalți, care nu primesc indicii privind direcția în care ar trebui să-și modifice comportamentul.

Acest principiu clarifică originea „intuiției" aproape nefirești a pruncilor și a copiilor mici în privința oamenilor. Cum sugarii n-au fost încă învățați că nu trebuie să privească prea atent chipul oamenilor, sunt liberi s-o facă și astfel văd multe lucruri care le scapă celorlalți și pe care subiectul nu e conștient că le dezvăluie. În viața de toate zilele, Adultul lui Zoe are grijă, politicos, să nu privească prea atent ce se întâmplă cu fața celorlalți în timp ce aceștia vorbesc, dar Copilul ei „trage cu ochiul", nepoliticos, tot timpul, și astfel își conturează raționamente de obicei corecte cu privire la ceea ce are de gând celălalt. Asta se întâmplă cel mai des în „primele zece secunde" după ce individul face cunoștință cu cineva, înainte ca el să aibă ocazia de a stabili cum vrea să se prezinte, astfel că tinde să trădeze lucruri pe care ulterior le ascunde. În asta constă valoarea primei impresii.

Efectul social al acestui fapt este că Jeder nu știe niciodată cât de multe dezvăluie prin plasticitatea facială. Lucrurile pe care încearcă să le ascundă chiar și de el însuși sunt cât se poate de vizibile pentru Zoe, care reacționează în consecință, spre marea lui surprindere. Jeder emite continuu semnale

conforme cu scenariul, fără a fi conștient de acest lucru. Ceilalți reacționează, în ultimă instanță, la aceste semnale, nu la persona lui Jeder — felul cum se prezintă el. Astfel, desfășurarea scenariului continuă, fără ca Jeder să trebuiască să-și asume responsabilitatea lui. Își poate păstra iluzia de autonomie spunând: „Nu înțeleg de ce s-a purtat ea așa; eu n-am făcut nimic ca să provoc o asemenea reacție. Da, fără doar și poate, oamenii sunt ciudați." Dacă purtarea lui e suficient de bizară, ceilalți pot să reacționeze într-un mod ce-i depășește cu mult înțelegerea, iar astfel pot fi create sau întărite maniile.

Remediul în acest caz e simplu. Dacă Jeder își studiază în oglindă expresiile, va vedea în scurt timp ce face de-i determină pe oameni să reacționeze cum reacționează, și apoi va fi în măsură să schimbe lucrurile, dacă vrea. Probabil că nu va dori, decât dacă e actor. De fapt, majoritatea oamenilor sunt atât de dornici ca scenariul lor să se desfășoare în continuare, încât își găsesc tot felul de scuze chiar și pentru a refuza să se uite în oglindă.[85] Ar putea susține, de exemplu, că procedeul e „artificial", ceea ce înseamnă că singurul lucru „natural" este ca scenariul să fie lăsat să se desfășoare în direcția finalului său mecanic, dinainte stabilit.

Clara, o femeie latino-americană binecrescută, a oferit un exemplu grăitor al efectului profund al plasticității faciale asupra relațiilor umane. A venit la grup fiindcă soțul ei era pe punctul de a o părăsi și a afirmat că nu are „pe nimeni cu care să vorbească", deși avea trei copii mari, care locuiau în continuare cu părinții. Soțul ei a refuzat să vină la grup, dar băiatul în vârstă de douăzeci de ani a acceptat bucuros invitația.

— Ezit să vorbesc cu mama, a afirmat el, și mi-e greu să vorbesc aici despre ea, fiindcă se simte foarte ușor rănită în sentimentele ei și uneori are o atitudine de martiră. Înainte de a-i spune ceva, trebuie mereu să mă gândesc cum va reacționa, așa că, zău, nu pot să-i vorbesc deschis.

[85] Harding, D.C. „The Face Game". *Transactional Analysis Bulletin*, 6:40-52, Aprilie 1976.

În timp ce tânărul a dezvoltat ideea timp de câteva minute, maică-sa ședea lângă el, cu corpul încordat și mâinile împreunate elegant în poală, cum fusese învățată din copilărie, astfel că singurele părți ale corpului ei care se mișcau vizibil erau fața, capul și gâtul. Ascultând ce spunea băiatul ei, mai întâi a ridicat din sprâncene surprinsă, apoi s-a încruntat, apoi a clătinat ușor din cap, și-a strâns buzele, a înclinat capul cu tristețe, a ridicat iarăși privirea și și-a înclinat capul pe o parte, cu o atitudine de martirizat. Cât timp a vorbit tânărul, aceste mișcări plastice ale capului și feței au continuat — un veritabil film al expresiilor emoționale.

După ce băiatul și-a terminat relatarea, doctorul Q a întrebat-o pe Clara:

— De ce ți-ai mișcat fața tot timpul cât a vorbit el?

— Dar n-am făcut așa ceva! a protestat ea, surprinsă.

— Atunci de ce-ți mișcai capul într-o parte și într-alta?

— Nu știam că-l mișc.

— Ei bine, îl mișcai. Tot timpul cât a vorbit, fața ta a reacționat la spusele lui și tocmai din cauza asta se simte stânjenit când vorbește cu tine. Tu-i spui că-ți poate vorbi despre orice, dar din moment ce reacțiile tale la vorbele lui sunt atât de clare chiar dacă nu scoți un sunet, el ezită. Iar tu nici măcar nu-ți dai seama că reacționezi. Dacă asta are un asemenea efect acum, când e mare, închipuie-ți ce efect are asupra unui copil de trei ani, care urmărește tot timpul cu atenție chipul mamei, ca să vadă ce influență are asupra ei! De asta ezită băiatul tău înainte să-ți spună ceva și de asta simți că n-ai pe nimeni cu care să vorbești.

— Și ce se poate face? a întrebat ea.

— Când ajungi acasă, poți să te așezi în fața unei oglinzi în timp ce fiul tău îți vorbește, ca să vezi ce se petrece. Dar în momentul ăsta, ce părere ai despre ceea ce-a spus el? a întrebat doctorul Q, și conversația a continuat.

În acest caz, Părintele Clarei îl asculta pe băiatul ei cu respect matern, acela fiind Eul ei activ în momentul respectiv. În același timp, Copilul ei reacționa la spusele băiatului în cu

totul alt fel, dar nici Părintele, nici Adultul Clarei nu conștientizau mișcările feței ei, pentru că ea nu putea să le „simtă". Însă băiatul înțelegea pe deplin reacțiile Copilului ei, fiindcă le avea drept în fața ochilor. Părintele Clarei era sincer, dar „pe lângă", și toți membrii grupului, mai puțin ea, au înțeles de ce băiatul ezită să-i vorbească deschis.

Principiul plasticității faciale are legătură atât cu „zâmbetul mamei", pe care l-am descris anterior, cât și cu „râsul sub ștreang". Mama poate fi în totală necunoștință de cauză cu privire la ceea ce se petrece pe fața ei și la efectul puternic pe care-l are astfel asupra copiilor săi.[86]

B. Eul mobil

Alături de principiul biologic al plasticității faciale, principiul psihologic al Eului mobil este la fel de important în continuarea desfășurării scenariului și se bazează pe un deficit asemănător de conștientizare. Sentimentul „Eului" este mobil. În orice moment dat, el poate să se localizeze la nivelul oricăreia din cele trei stări ale Eului și poate sări de la una la alta când apare ocazia. Altfel spus, sentimentul Eului e independent de toate celelalte proprietăți ale stărilor Eului și de ceea ce face sau resimte starea Eului. E ca o încărcătură electrică, gata să sară de la un condensator la altul, indiferent la ce sunt folosiți condensatorii; *sentimentul* Eului este purtat prin această „investire liberă".[87]

Ori de câte ori o anumită stare a Eului este deplin activă, ea e percepută în momentul respectiv ca fiind adevăratul Eu. Când Jeder dă curs Părintelui său mânios, simte că acela e

[86] Cf. Spitz, R.A. *No and Yes: On the Genesis of Human Communication.* International Universities Press, New York, 1957. Vezi, de asemenea, Crossman, P. „Position and Smiling". *Transactional Analysis Bulletin,* 6: 72-73, Iulie 1967.

[87] Pentru o prezentare mai detaliată a constructului investirii libere, vezi Berne, E. *Transactional Analysis in Psychotherapy. Loc. cit.*

chiar el însuși. Câteva minute mai târziu, în starea de Adult a Eului, când se întreabă de ce s-a purtat așa, își percepe Adultul ca fiind adevăratul Eu. Mai târziu, dacă se simte rușinat, în starea sa de Copil, fiindcă a dovedit atâta răutate, își resimte Copilul ca fiind Eul adevărat. (Toate acestea, desigur, presupunând că incidentul face parte din viața sa reală și Jeder nu joacă pur și simplu rolul unui Părinte mânios sau al unui Copil spășit. Interpretarea rolurilor nu este adevăratul Eu, ci o prefăcătorie a Copilului.)

Pentru a ilustra efectul Eului mobil în viața cotidiană, să luăm exemplul familiar al unei neveste cicălitoare. În mod obișnuit, Zoe e veselă, sociabilă și adaptabilă, dar în anumite momente devine foarte critică la adresa soțului ei. Ăsta e Părintele ei cicălitor. Mai târziu, ea își scoate iarăși la iveală Copilul vesel, sociabil, adaptat, și uită ce i-a spus soțului în starea de Părinte. Dar soțul nu uită, așa că rămâne precaut și distant. Dacă secvența se repetă de mai multe ori, precauția și distanța lui se permanentizează, lucru pe care Zoe nu-l înțelege. „Ne distrăm așa de bine împreună, spune Copilul ei fermecător. De ce te depărtezi de mine?" Când Copilul este adevăratul ei Eu, Zoe uită sau trece cu vederea ceea ce a spus când avea Părintele drept Eu adevărat. Așadar, o stare a Eului nu ține prea bine socoteala faptelor celorlalte stări ale Eului. Părintele lui Zoe trece cu vederea cât de bine s-a distrat cu soțul, iar Copilul ei uită cât de mult l-a criticat. Dar Copilul lui Jeder (și, de asemenea, Adultul) își aduce aminte ce a spus Părintele ei, și trăiește mereu cu teama că incidentul neplăcut se va repeta.

Jeder, pe de altă parte, are mare grijă de ea când se află în starea de Părinte, dar Copilul lui se plânge de ea și protestează. Părintele lui, trecând cu vederea sau uitând de acțiunile Copilului, îi reproșează lui Zoe lipsa de recunoștință pentru „tot ce a făcut pentru ea". Ea apreciază ce-a făcut el, dar trăiește cu teama de sarcasmele lui. Părintele lui Jeder crede că el, adevăratul său Eu, s-a purtat întotdeauna grijuliu cu ea, ceea ce e adevărat. Dar la fel de adevărat este și faptul

că, atunci când e activ Copilul lui văicăreț, și acela e tot el, adevăratul său Eu. Astfel, cum o stare a Eului sau Eu real uită ce au făcut celelalte, Jeder poate să-și desfășoare în continuare scenariul fără a trebui să-și asume responsabilitatea pentru asta. Părintele lui poate spune: „M-am purtat întotdeauna așa de frumos cu ea, n-am făcut nimic ca s-o provoc. Da, femeile chiar sunt ciudate!" Părintele lui uită cum a provocat-o Copilul, dar Zoe, fiind victima, nu uită. Aceste două exemple explică tenacitatea poziției OK descrisă în capitolul 5, secțiunea F.

Acum, că principiul e clar, se impune prezentarea unui exemplu mai însuflețit. O astfel de trecere neglijentă sau iresponsabilă de la o stare a Eului la alta ar putea fi numită „călătorie a Eului", dar din moment ce expresia e denumirea folosită în argoul hippy pentru lăudăroșenie, ar fi mai politicos să le-o lăsăm hipioților și să găsim altă denumire pentru mobilitatea stărilor Eului. În consecință, vom intitula următoarea anecdotă „Aminta și Mab, sau o călătorie PAC prin psihism".

Mab și mama ei își făceau reciproc atâția nervi, încât într-o bună zi, Mab a șters-o de acasă să-și viziteze, la sfârșit de săptămână, o prietenă din alt oraș. Maică-sa i-a dat de urmă la telefon și i-a spus: „Dacă nu ești acasă duminică dimineața, te încui afară." Așa că Mab s-a întors duminică seara. Mama ei a refuzat s-o lase să intre în casă și i-a spus că va trebui să-și găsească propria locuință. Mab și-a petrecut noaptea respectivă acasă la o prietenă din vecini. Luni dimineața, maică-sa a sunat-o și a iertat-o. Mab i-a povestit doctorului Q acest episod împreună cu alte exemple ale inconsecvenței mamei sale. Unele relatări nu erau deloc clare, așa că doctorul Q s-a hotărât să stea de vorbă cu Mab și mama ei împreună, ca să vadă dacă-și poate da seama ce se petrece cu adevărat.

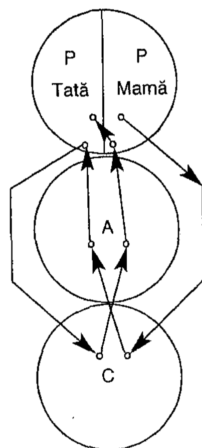
Imediat ce s-au așezat cele două, Aminta, mama, a deschis discuția de pe o puternică poziție de Părinte, criticând-o pe bună dreptate pe Mab pentru că e dezordonată, iresponsabilă, fumează marihuana și alte chestiuni frecvent întâlnite

ca motive de discuție între mame și fiicele lor de optsprezece ani. În timpul recitalului, Mab a ascultat la început cu un zâmbet abia schițat, ca pentru a comenta: „Iar s-a pornit!" Apoi s-a uitat într-o parte, cu aerul că spune: „Nu mai suport!", după care și-a ațintit privirea în tavan, sugerând prin asta: „Nu e nimeni acolo să mă salveze?" Aminta n-a dat atenție reacțiilor fetei, ci și-a continuat tirada.

După ce a epuizat subiectul, Aminta și-a schimbat melodia. A început să vorbească despre dificultățile din viața ei, nu într-o manieră plângăreață, de Copil, ci oferind o evaluare Adultă realistă a problemelor ei din căsnicie, pe care doctorul Q le cunoștea bine. În acest punct, Mab s-a întors și s-a uitat direct la maică-sa, cu o privire complet nouă, parcă spunând: „În definitiv, e o persoană reală!" Aminta a continuat, iar doctorul Q a putut să-i urmărească trecerile de la o stare a Eului la alta, pe baza cunoștințelor sale detaliate privind trecutul și experiențele ei de viață. La un moment dat, Aminta a parcurs aceeași succesiune ca în timpul episodului cu „încuiatul afară din casă": mai întâi a folosit perspectiva Părintelui-tată furios (încuind-o pe Mab afară din casă), după care s-a înmuiat, fiindcă la conducere a venit Părintele-mamă grijuliu (care-și făcea griji că „fetița ei" umblă prin oraș fără să aibă un acoperiș deasupra capului). După asta a intervenit iarăși Adultul, apoi Copilul neajutorat și pe urmă iarăși Tatăl furios.

Acest periplu poate fi urmărit printr-o linie trasată de la o stare a Eului la alta, ca în Figura 13. Pornind de la PT (Părintele-tată), trecem la PM (Părintele-mamă), apoi la A (Adult), pe urmă la C (Copil), după care ne întoarcem la PT. Ascultând în continuare, linia a urmat traseul prezentat în diagramă: de la PT la A, apoi la C și pe urmă înapoi la PM. Astfel putem urmări călătoria PAC a Amintei pe măsură ce ea trece de la un cerc la următorul.

Întrebarea este: Ce reprezintă linia? Ea reprezintă sentimentul Eului la Aminta, sentiment ce nu-și are sălașul în nici o stare a Eului, ci se poate deplasa liber de la una la alta, pur-



O călătorie PAC prin psihism

Figura 13

tat de „investirea liberă". Indiferent în care cerc se afla Aminta la un anumit moment, ea simțea oricum că vorbește din perspectiva „adevăratului său Eu".

Circuitul sau poziția investirii libere este o linie continuă; Aminta nu e conștientă că „ea" o schimbă sau că purtarea ei se modifică de la un moment la altul, fiindcă simțământul „Asta sunt eu cea adevărată" se păstrează tot timpul. Astfel, când afirmăm că „Aminta" a trecut de la o stare a Eului la alta, înțelegem prin aceasta că investirea ei liberă a făcut acest lucru, purtând în ea un sentiment continuu al Eului real. „Ea însăși" are impresia că e aceeași persoană consecventă, tot timpul, dar se schimbă atât de mult de la o fază la următoarea, că unui observator i-ar părea că există mai multe persoane diferite (în mintea ei), care vorbesc pe rând. Impresia asta o avea și Mab, și din cauza asta nu putea să se descurce cu maică-sa. Nu reușea să sesizeze o constanță care să-i permită să anticipeze cum se va purta sau va reacționa Aminta de la o clipă la alta, în așa fel încât fata să se poată adapta la

dispoziția mamei. Iar comportamentul lui Mab îi părea uneori mamei sale la fel de arbitrar.

Cum și Aminta, și Mab își înțelegeau stările Eului, n-a fost prea greu să li se clarifice situația, iar după aceea s-au înțeles mai bine.

Comportamentul Clarei, descris în secțiunea anterioară, ilustrează un alt mod în care lipsa de diferențiere conștientă a stărilor Eului influențează profund întregul curs al vieții persoanei, ca și pe cel al partenerului de viață și al copiilor. În cazul amintit, două stări ale Eului erau active simultan, una ascultând cu înțelegere și cealaltă strâmbându-se, ignorându-se reciproc cu hotărâre, ca doi străini bănuitori, deși locuiau amândouă în aceeași navă spațială lăuntrică de patruzeci și cinci de ani.

Altă variantă interesantă apare când persoana refuză să-și recunoască purtarea chiar și față de sine. (Am amintit și acest aspect spre sfârșitul capitolului 5.) Astfel, un bărbat poate afirma cu sinceritate că e șofer bun chiar dacă a avut cel puțin un accident serios în fiecare an, iar o femeie poate susține că e bucătăreasă pricepută deși arde mâncarea cu regularitate. Sinceritatea vine din faptul că, în ambele cazuri, Adultul este bun șofer sau bucătăreasă pricepută, iar accidentele sunt provocate de Copil. Cum la astfel de oameni există o graniță groasă și rigidă între două stări ale Eului, Adultul nu acordă pic de atenție la ceea ce a făcut Copilul și poate spune cu sinceritate: „Eu (Eul meu Adult) n-am greșit niciodată." Același lucru se poate întâmpla oamenilor care sunt mai puțin rigizi și se poartă bine când sunt treji (și Adultul deține controlul), dar fac greșeli la băutură (când Copilul preia controlul). Unora chiar „li se rupe filmul" când beau, așa încât Adultul nu e câtuși de puțin conștient de faptele lor din starea de intoxicație, și astfel își pot păstra intactă corectitudinea fictivă într-o manieră impermeabilă, alcoolică. Se poate întâmpla și invers, în cazul persoanei lipsite de eficiență în starea Adultului, dar care are un Copil productiv. Așa cum oamenii „răi" nu înțeleg mustrările și criticile pe care le primesc pen-

tru prostiile lor, la fel, acești oameni „buni" sunt incapabili să accepte complimentele pentru rezultatele lor sau le acceptă doar din politețe. Adultul realmente nu pricepe la ce se referă oamenii când spun că creațiile Copilului sunt importante și prețioase, din moment ce Adultul lipsea de la comandă când au fost create.

Am mai discutat anterior, de asemenea, despre femeia bogată care nu devine săracă dacă-și pierde banii și despre bărbatul sărac care nu devine bogat când câștigă bani. În astfel de cazuri, Copilul știe, din directivele scenariului, dacă e bogat sau sărac, și simplii bani nu-i vor schimba poziția. La fel, Copilul bărbatului știe dacă e sau nu un bun șofer, iar al femeii, dacă e sau nu bucătăreasă pricepută, iar câteva accidente sau mâncăruri greșite nu-l vor face pe Copil să se răzgândească.

După o călătorie PAC, poziția adoptată de obicei e una de dezvinovățire detașată: „Sunt OK. Părintele meu n-a observat ca eu să fi făcut ceva, așa că nu știu la ce te referi." În aceste cazuri se sugerează clar că persoana cealaltă e ne-OK pentru că reacționează la un eventual comportament discutabil. Avem aici de a face cu un tricou inscripționat folosit în cazuri de urgență, pe fața căruia scrie „Eu mă iert", iar pe spate, „Tu de ce nu mă poți ierta?"

Există un remediu simplu pentru neconștientizarea frecventă, într-o stare a Eului, a faptelor celorlalte stări ale Eului: Adultul să-și aducă aminte de acțiunile tuturor Eurilor reale și să-și asume deplina responsabilitate pentru ele. Asta va pune capăt eschivelor („Vrei să-mi spui că eu am făcut asta? Probabil că-mi ieșisem din minți!") și le va înlocui cu acceptări realiste („Da, îmi amintesc că am făcut asta și chiar eu eram acela" sau, și mai bine, „O să am grijă să nu se mai întâmple"). Se pare că această sugestie are numeroase implicații juridice, din moment ce va tinde să elimine eschivarea prin pledarea pentru nebunie temporară, demers laș și convenabil („Creierul de lemn" sau „Nu mă poți învinui pe *mine* pentru ceea ce a făcut *eu*").

C. Fascinație și imprinting

Aceste lucruri pot fi ilustrate cel mai bine luând în discuție dificultățile cu care se confruntau Neville și soția lui, Julia. Neville avea pe obrazul stâng o aluniță care exercita o fascinație morbidă asupra Copilului Juliei. Cât timp el îi făcuse curte, ea reușise să-și reprime vaga repulsie stârnită de acest defect, dar cu trecerea timpului, defectul devenea tot mai supărător, astfel că spre sfârșitul lunii de miere, Juliei îi era aproape imposibil să-și privească soțul drept în față. Nu i-a vorbit despre această stânjeneală pe care o simțea, de teamă să nu-i rănească sentimentele. S-a gândit să-i propună să-și îndepărteze chirurgical alunița, dar și-a spus că-n felul ăsta va rămâne cu o cicatrice care ar putea să-i pară și mai supărătoare, așa că n-a spus nimic.

În ce-l privește pe Neville, avea mania storsului coșurilor; ori de câte ori stăteau împreună dezbrăcați în pat, cerceta corpul Juliei și, dacă găsea pe pielea ei o umflătură cât de minusculă, simțea imboldul puternic de a o zgândări cu unghia. Pentru Julia, asta era o intruziune extrem de dezagreabilă asupra persoanei sale. Uneori, imboldul lui era atât de puternic, iar protestele ei, atât de vehemente, încât în cele din urmă își întorceau reciproc spatele, enervați.

De-a lungul timpului, cei doi au descoperit de asemenea o diferență nefericită între gusturile lor sexuale, diferență care la început a părut minoră, dar mai târziu a devenit un motiv serios de conflict. Neville, care fusese crescut de o doică în Indiile de Vest, era excitat de halate și sandale, în timp ce Juliei, care urma exemplul mamei și surorii ei, îi plăcea să se îmbrace mai modern și să poarte tocuri înalte. La drept vorbind, Neville avea aproape un fetiș pentru sandale, pe când Julia avea un „contrafetiș" pentru tocuri înalte. Ea își dorea ca bărbații să fie excitați de felul cum se îmbrăca; drept urmare, când dădea curs dorințelor lui Neville și purta sandale, îi pierea tot cheful de sex, iar dacă umbla prin casă cu tocuri înalte, îi pierea lui cheful. Astfel, deși din exterior păreau o

pereche potrivită, cuplul lor era grav perturbat de lucruri aparent minore, întemeiate pe experiențe de viață foarte timpurii. Acest lucru era deosebit de supărător pentru că ei înșiși crezuseră că vor forma un cuplu ideal, cu bune potriviri după toate standardele sociale și psihologice convenționale, ca de computer.

Fascinația apare la animalele inferioare și, de asemenea, la sugarii de o anumită vârstă. Partea de Copil din Neville și din Julia a rămas fascinată (pozitiv în cazul lui, negativ în cazul ei) de defecte minore ale pielii după ce au crescut. Imprintingul a fost studiat în principal la păsări, care iau drept mamă orice obiect ce li se arată în primele zile de existență după ieșirea din ou. Astfel, rațelor li se poate face „imprinting" sau pot fi stimulate cu ajutorul unei bucăți de carton colorat, pe care-l urmează ca și cum ar fi mama lor. Fetișurile sexuale, care apar de asemenea foarte timpuriu, exercită o influență asemănătoare asupra bărbaților, în timp ce femeile se pot dedica unor contrafetișuri, despre care descoperă că sunt stimulatoare sexual pentru bărbații din jurul lor.

Fascinațiile și fetișurile sunt foarte adânc înrădăcinate și pot perturba serios cursul lin al vieții celor în cauză, în manieră similară cu dependența de droguri. În ciuda tuturor încercărilor de control rațional din partea Adultului, Copilul simte o repulsie sau o atracție aproape irezistibilă față de obiectul cu pricina și, ca urmare, face sacrificii complet disproporționate față de situație ca să-l evite sau să-l obțină. În consecință, fascinațiile și fetișurile pot juca un rol important în a stabili deznodământul unui scenariu, mai cu seamă în alegerea persoanelor menite să joace rolurile principale. Acesta este un alt factor care micșorează capacitatea individului de a hotărî singur care-i va fi soarta.

Remediul pentru fascinații constă în a le conștientiza, a le discuta și a hotărî dacă persoana poate trăi cu ele. Ultima parte poate fi realizată prin „tranzacții în minte" — dialoguri interne între Adult și Copil, Părintele fiind în acest caz ținut la distanță până când cei doi se înțeleg clar unul pe altul.

După aceea, Părintelui i se permite să-și spună părerea. Dacă individul hotărăște, în mintea sa, că poate trăi confortabil cu o fascinație negativă — cum ar fi o fată cu un defect fizic —, toate bune și frumoase. Dacă nu, trebuie căutat un remediu sau individul trebuie să-și caute o nouă parteneră. Fără o analiză considerabilă a gândurilor și simțămintelor sale, el nu-și poate da seama în cât de mare măsură îi poate afecta un singur element reacțiile, de obicei ca urmare a experiențelor sale timpurii. Pe de altă parte, o fascinație pozitivă îl poate robi dincolo de granițele rațiunii și ar trebui cumpănită la fel de atent. Exact aceleași lucruri se aplică în cazul femeilor fascinate de imperfecțiunile bărbaților lor.

Remediul pentru fetișuri este asemănător dar, din moment ce aici e implicată activ o altă persoană, există și alte posibilități utile. Se poate cădea de acord asupra indulgenței reciproce și, cu trecerea timpului, fetișul poate fi „trăit până la tocire" în mod fericit.

D. Mirosul inodor

Pe lângă ciudățeniile biologice ale organismului uman descrise mai sus (plasticitatea facială, Eul mobil, fascinația și imprintingul), există posibilități mai neclare ce ar putea avea un efect la fel de profund asupra existenței omenești. Prima dintre ele este percepția extrasenzorială. Dacă vestitele cărți de joc ale doctorului Rhine[88] emit semnale ce nu pot fi detectate cu ajutorul instrumentelor fizice din generația actuală, dar pot fi receptate de o minte omenească acordată pe lungi-

---

88 Rhine, J.B. *Extra-Sensory Perception*. Bruce Humphries, Boston, 1962. Cf. Churchman, C.W. „Perception and Deception", recenzie a lucrării lui C.E.M. Hansel: *ESP: A Scientific Evaluation* (Scribner, New York, 1966), în *Science*, 153: 1088-1090, 2 septembrie 1966, și interesantele calcule privind „coincidența gândurilor" ale lui L.W. Alvarey în „A Pseudo Experience in Parapsychology", Ibid., 1148-1541, 18 iunie 1965.

mea de undă corespunzătoare, asta e, evident, o chestiune de importanță considerabilă, chiar dacă nu neapărat decisivă. Dacă astfel de semnale există, detectarea lor obiectivă ar prezenta interes, în primă instanță, mai ales din motive de senzație, și suplimentele duminicale ale ziarelor ar avea material din belșug. Evoluția ulterioară a unei asemenea descoperiri nu poate fi anticipată până când ea nu se produce. Fără îndoială, ea ar interesa armata, care face deja cercetări în domeniu, mai ales dacă ținta ar putea fi aleasă, cum s-ar întâmpla în cazul detonatoarelor de bombe atomice și cu hidrogen ce ar putea fi transportate pe cale aeriană deasupra fabricilor și depozitelor posibilului dușman.

Telepatia ar fi considerabil mai semnificativă, dacă ar exista. Dacă mintea unui om poate trimite mesaje descifrabile minții altuia și dacă s-ar putea elabora un mijloc obiectiv de a controla și înregistra astfel de mesaje, asta ne-ar ajuta să înțelegem multe lucruri legate de comportamentul uman. Asta e a doua posibilitate. „Fenomenele telepatice" declarate par a se produce cel mai des și cel mai evident între persoane foarte apropiate, cum ar fi între soți sau între părinți și copii, care, probabil, au o receptivitate mult mai mare unul față de celălalt decât alți membri ai speciei umane. Telepatia le-ar oferi părinților-cloșcă un mijloc ideal de a controla comportamentul copiilor și, cu siguranță, ar prezenta un mare interes pentru analistul de scenarii, dacă ea ar exista. Intuiția, care este o funcție a stării de Copil a Eului[89], se apropie de multe ori de telepatie, prin aceea că pot fi intuite lucruri foarte obscure despre alții cu un minimum de indicii senzoriale.[90]

În cazurile în care s-a afirmat că a avut loc un fenomen de telepatie, se constată că el e foarte fragil și foarte ușor de întrerupt și depinde foarte mult de dispoziția agentului și a receptorului. Factorii externi, cum ar fi testele întreprinse de

[89] Berne, E. „Intuition VI: The Psychodynamics of Intuition". *Psychiatric Quarterly*, 36: 294-300, 1962.

[90] Berne, E. *A Layman's Guide to Psychiatry and Psycho-analysis, Loc. cit.* Ediția a treia, Anexă: „Beyond Science".

oameni de știință, par să-i micșoreze eficiența sau s-o anuleze complet, după cum arată rezultatele publicate ale unor astfel de teste.[91] Asta nu înseamnă neapărat că telepatia nu există, ci ne oferă un indiciu cu privire la natura ei, în cazul în care există. Personal, aș propune următoarea ipoteză, care explică, folosind doar o premisă majoră și o premisă minoră, toate rezultatele științifice (majoritatea negative): Dacă telepatia are loc, sugarul foarte mic e cel mai bun receptor; pe măsură ce crește, această capacitate se alterează și devine treptat tot mai puțin demnă de încredere, astfel că la adulți survine doar sporadic și în condiții speciale. În limbaj structural, ipoteza se traduce astfel: Dacă telepatia există, ea e o funcție a Copilului foarte mic și în scurt timp este alterată și slăbită de intervențiile din partea Părintelui și Adultului.

În al treilea rând, la fel de interesantă și de importantă, deși mai materialistă, este chestiunea mirosurilor inodore. Este binecunoscut faptul că fluturele mascul din specia Bombyces poate să detecteze, în direcția opusă vântului, prezența unei femele proaspăt apărute, la o distanță de până la 1,5 kilometri, astfel că numeroși masculi vor zbura împotriva vântului și se vor aduna în jurul unei femele captive.[92] Trebuie să presupunem că femela emite o substanță inodoră care-i atrage pe masculi prin intermediul a ceva asemănător cu simțul mirosului. Întrebarea importantă este: „Știe" masculul că „miroase" ceva sau reacționează „automat" la acea substanță? Probabil că nu e „conștient" de ceea ce se petrece, ci reacționează pur și simplu și zboară spre femelă. Adică că e atras, prin intermediul sistemului său olfactiv, de un miros „inodor".

În cazul unei ființe umane, situația în privința mirosurilor stă astfel: (1) Dacă individul simte anumite mirosuri, cum ar fi de parfum sau de flori, le conștientizează și este atras conștient de ele. Experiența poate lăsa urme în memorie și, din

[91] *Fifty Years of Psychic Research.*

[92] McKenzie, D. *Aromatics and the Soul.* Paul B. Hoeber, New York, 1923. Pentru o trecere în revistă a anatomiei și fiziologiei olfacției la insecte, vezi Schneider, D. „Insect Olfaction: Deciphering System".

câte știm, la asta se reduce tot. (2) Dacă individul simte alte mirosuri, cum ar fi cel de fecale, de obicei se întâmplă două lucruri: (a) le conștientizează și e respins conștient de ele, sau (b) fără vreun act volitiv din partea individului, sistemul său nervos vegetativ e afectat de ele, astfel că-i vine să vomite sau chiar vomită. (3) Putem postula o a treia situație: în prezența anumitor substanțe chimice, sistemul nervos al individului este afectat într-un mod subtil, fără ca el să simtă vreun miros sau să-l conștientizeze. Nu mă refer la substanțe toxice, ca monoxidul de carbon, ci la substanțe care stimulează receptori specifici și lasă urme specifice sau engrame în creier.

În această privință trebuie remarcate mai multe fapte. (1) Zona olfactivă a iepurelui conține 100 000 000 celule olfactive, fiecare cu șase până la douăsprezece peri, astfel că suprafața receptorului olfactiv este egală cu suprafața totală a pielii animalului.[93] (2) Se poate presupune că în sistemul olfactiv au loc impulsuri electrice mult timp după ce se produce adaptarea la un miros dat; adică, deși mirosul nu mai poate fi simțit, el continuă să influențeze activitatea electrică a sistemului nervos. Dovezile experimentale în această privință nu sunt decisive, dar înclină puternic spre confirmarea ipotezei.[94] (3) Mirosurile pot să influențeze visele fără a fi percepute ca mirosuri. (4) Parfumurile cele mai provocatoare sexual pentru ființele umane sunt înrudite chimic cu hormonii sexuali. (5) Mirosul respirației și al transpirației se pot schimba odată cu modificarea atitudinii afective. (6) Nervii olfactivi duc la rinencefal, o parte „primitivă" a creierului, probabil puternic implicată în reacțiile emoționale.

Prin urmare, ipoteza ar fi: Ființa umană este stimulată permanent de diferiți stimuli chimici pe care nu-i conștientizează, dar care-i influențează reacțiile afective și comportamentul față de diferiți oameni, în diferite situații. Deși se poate să existe receptori specializați (necunoscuți până în prezent) pentru ei, structura tractului olfactiv este ea însăși suficientă pentru a prelua aceste efecte. Astfel de stimuli pot fi numiți mirosuri inodore. Nu există dovezi certe că mirosurile inodore există cu adevărat, dar dacă ar exista, ar explica în mod convenabil multe fenomene și reacții comportamentale care, altfel, sunt greu sau imposibil de înțeles din perspectiva cunoștințelor noastre actuale. Influența lor asupra scenariului ar fi durabilă, la fel ca fascinația, fetișismul și imprintingul. Pisoii nou-născuți pot să „simtă mirosul" țâței mamei lor fără a-l „conștientiza", iar „amintirea" acestui miros inodor sau ceva similar le influențează în mod evident comportamentul pe tot restul vieții.

93 Acesta este un fapt binecunoscut al biologiei iepurelui.
94 Schneider, D. și Seibt, U. „Sex Pheromone of the Queen Butterfly". *Science*, 164: 1173-74, 6 iunie 1969.

E. Presiunea anticipată și presiunea ulterioară

Presiunea anticipată (în original, *reach back*) și presiunea ulterioară (în original, *afterburn*) seamănă cu „concesiunile" tranzacționale prin faptul că se dezvoltă în principal, dar nu exclusiv, sub instrucțiunile primite din partea părinților. Ele se deosebesc de concesiune fiindcă sunt declanșate de stimuli interni, nu de stimuli specifici din partea altor persoane.

Presiunea anticipată se definește ca fiind acea perioadă de timp pe parcursul căreia un eveniment iminent începe să exercite o influență independentă asupra comportamentului individului. Poate fi văzută sub forma sa cea mai dramatică la persoanele fobice, a căror întreagă funcționare poate fi perturbată timp de mai multe zile la gândul de a se confrunta cu o situație temută, cum ar fi o consultație medicală sau o călătorie. Însă, de fapt, presiunea anticipată fobică e mai puțin vătămătoare decât cea a vieții cotidiene, care, pe termen lung, poate (după părerea mea) să ducă la boli fizice „psihosomatice".

În cazul doctorului Q, care a trebuit la un moment dat să susțină o prelegere profesională într-o zi de marți, într-un

oraș îndepărtat, presiunea anticipată a apărut când iminenta călătorie a ajuns să-i afecteze activitățile cotidiene. În joia dinainte, a stat o vreme treaz în pat, plănuind ce trebuie să facă înainte de plecare. Ca să compenseze zilele de lucru pierdute, trebuia să meargă la cabinet sâmbătă, zi pe care de obicei o avea liberă. Și-a făcut în minte o listă cu lucruri de care trebuia să se ocupe vineri, printre care să-și ridice biletul de la agenție, din moment ce el trebuia să plece luni, iar vinerea era ultima zi lucrătoare dinaintea plecării. Programul de vineri a fost oarecum perturbat de lucrurile pe care a trebuit să le rezolve, iar ședințele cu pacienții n-au fost la fel de relaxate și de productive ca de obicei, fiindcă a trebuit să-i pregătească pentru absența sa. Nici seara de vineri, acasă, n-a fost la fel de relaxată ca de obicei, fiindcă a trebuit să se culce mai devreme decât în mod obișnuit, ca să se poată trezi mai devreme decât se trezea sâmbăta. Seara de sâmbătă a fost oarecum anormală, fiindcă în ziua aceea nu-și făcuse porția obișnuită de sport și nici nu-și văzuse familia, plus că-i distrăgeau atenția planurile de împachetat pentru a doua zi. Deși schițarea prelegerii propriu-zise i-ar fi luat mai puțin de cincisprezece minute, treaba asta l-a preocupat pe timpul cinei, sâmbătă seara. După-amiaza de duminică și-a petrecut-o la plajă, dar acest lucru nu l-a relaxat ca de obicei, fiindcă a trebuit să se întoarcă acasă devreme ca să împacheteze, ceea ce i-a tulburat seara pașnică de duminică. Luni a luat avionul și în seara aceea s-a dus la culcare devreme, în camera de hotel. Marți dimineața a susținut prelegerea, după care s-a întors acasă.

Expresia cu apariția cea mai frecventă în relatarea de mai sus este „altfel decât de obicei", însoțită de altele ca „din moment ce", „fiindcă" și „dar". Toate acestea, și mai ales prima, sunt expresii ale presiunii anticipate. Pe scurt, ca doctorul Q să susțină o prelegere de o oră marți, care i-a cerut doar cincisprezece minute de pregătiri acasă, el, familia și pacienții lui au fost încordați cu câteva zile înainte — nu grav, dar suficient pentru a le fi afectat perceptibil comportamentul.

Presiunea anterioară trebuie diferențiată de planificarea și pregătirea Adultă. Ceea ce a făcut doctorul Q joi seara a fost planificare și, în sine, a fost o procedură de Adult. Dacă el ar fi putut să planifice în timpul zilei, fără să-și tulbure programul normal, această acțiune n-ar ține de presiunea anticipată. Dar din cauza programului aglomerat al zilei, a trebuit să adoarmă mai târziu joi seara, iar asta a ținut de presiunea anticipată. O parte din problemele pe care le-a rezolvat vineri au ținut de pregătiri și nu de presiunea anticipată, din moment ce le-a rezolvat în pauza de prânz, dar altele i-au afectat programul obișnuit — între care un telefon primit în timp ce discuta cu un pacient, care i-a întrerupt șirul gândurilor. Întreruperile repetate ale șirului gândurilor au ținut de presiunea anticipată. Așadar, planificarea și pregătirile sunt activități de Adult câtă vreme nu intră în conflict cu tiparele de activitate obișnuite ale persoanei, dar dacă intră în conflict cu ele, se integrează în presiunea anticipată, mai cu seamă dacă perturbă Copilul (prin neliniște, de exemplu) sau Părintele (făcându-l să-și neglijeze îndatoririle obișnuite).

Orice eveniment iminent influențează într-un fel sau altul comportamentul individului, dar nu trebuie să aibă un efect *independent* asupra tiparelor sale obișnuite de activitate. Spre exemplu, majoritatea oamenilor îl așteaptă pe Moș Crăciun, după cum arătam în capitolul 10, dar această așteptare este integrată în stilul lor de viață și în modul lor obișnuit de a se comporta. La fel, inevitabila pubertate își trimite influența mult spre începuturile vieții copilului și într-un anumit sens, influența ei ajunge până la viața intrauterină. De multe ori e foarte evident că instalarea apropiată a pubertății influențează acțiunile dintr-o anumită zi ale băiatului sau fetei de doisprezece ani, dar influența n-a fost independentă de restul circumstanțelor, așa că nu se încadrează în definiția presiunii anticipate.

Este clar că remediul pentru presiunea anticipată îl reprezintă organizarea Adultă: împărțirea timpului astfel încât planificarea și pregătirile să poată fi desfășurate, pe cât posi-

bil, fără perturbarea tiparelor de comportament obișnuite. De asemenea, e nevoie de previziune. După ce a aflat că o prelegere de o oră presupune o presiune anticipată de cinci zile, doctorul Q n-a mai acceptat astfel de angajamente, cu excepția unei singure ocazii, când cinci zile libere pentru pregătirea unei prelegeri de o oră s-au potrivit cu planul lui de concediu.

Presiunea ulterioară se definește ca fiind perioada de timp pe parcursul căreia un eveniment trecut exercită o influență independentă asupra comportamentului individului. Într-un fel, orice întâmplare anterioară influențează comportamentul, dar presiuna ulterioară se referă doar la acele ocazii care perturbă tiparele normale de activitate pe o durată apreciabilă de timp, în loc să fie asimilate în aceste tipare sau să fie excluse din ele prin reprimare și alte mecanisme psihice.

După ce s-a întors de la susținerea prelegerii, doctorul Q a trebuit să se confrunte cu procedura de „curățenie". A fost nevoit să răspundă la scrisorile și mesajele telefonice acumulate în absența sa și să se ocupe de problemele familiei și pacienților adunate între timp. De asemenea, a trebuit să-și facă socotelile cheltuielilor și să completeze voucherele legate de călătorie. Cele mai multe acțiuni de „curățenie" au fost proceduri de Adult și a reușit să le integreze în programul său normal fără să-l perturbe. Dar când unul dintre vouchere i-a fost returnat, trei săptămâni mai târziu, fiindcă-l depusese în dublu exemplar, nu în triplu exemplar, s-a enervat, lucru care i-a distras oarecum atenția în următoarea oră de terapie. Mai era și chestiunea militantului negru. În intervalul de timp rezervat întrebărilor, la sfârșitul prelegerii, un militant negru (care oricum n-avea ce să caute acolo, întrucât nu era terapeut atestat) a pus niște întrebări și a făcut niște afirmații care l-au frământat pe doctorul Q câteva zile după aceea. Partea de hârțogărie a fost o treabă de curățenie Adultă (în măsura în care n-a afectat cursul obișnuit al treburilor cotidiene), în timp ce enervarea legată de vouchere și frământările

legate de militantul negru au făcut parte din presiunea ulterioară, aici fiind implicați Părintele și Copilul său.

În total, activitățile Adultului, adică planificarea, pregătirile, sarcina propriu-zisă (prelegerea) și curățenia s-au întins pe o perioadă de aproximativ douăsprezece zile. Presiunea anticipată și presiunea ulterioară, în care au fost implicați Părintele și Copilul său, au durat ceva mai mult. Cum se întâmplă de multe ori, presiunea ulterioară a fost reactivată mult mai târziu, când a primit scrisoarea referitoare la voucher, pe care a trebuit să-l refacă și pe motivul căruia a bombănit acasă.

Remediul pentru presiunea ulterioară constă în a te pregăti dinainte să tolerezi perturbări minore și apoi să le dai uitării.

Episodul cu prelegerea este un exemplu de presiune anticipată și presiune ulterioară normale. Însă cu încurajări din partea părinților, ambele pot să devină drastic perturbatoare și să contribuie la răsplata scenariului, mai cu seamă dacă e un scenariu tragic. În formă exagerată, oricare din ele poate conduce la dependență de alcool, psihoză, sinucidere sau chiar omucidere. Astfel, atât presiunea anticipată în situație de examen, cât și presiunea ulterioară în caz de impotență pot contribui la suicidul în adolescență, iar presiunea anticipată a tracului contribuie la consumul excesiv de alcool în rândul actorilor și al agenților de vânzări. În continuare urmează un exemplu de presiune ulterioară conformă cu scenariul.

Un director în vârstă de douăzeci și trei de ani pe nume Cyril a venit la terapie, printre principalele sale probleme numărându-se diareea. Într-o zi a menționat la ședința de grup că adoarme greu seara. Stătea treaz, trecându-și în revistă deciziile și interacțiunile cu angajații, găsindu-și greșeli și numărând cupoanele de vinovăție, durere și furie adunate în ziua respectivă. Din antecedentele sale reieșea clar că toate acestea le făcea sub imperiul unei directive de scenariu din partea mamei. Presiunea ulterioară dura aproximativ o oră,

iar în situațiile deosebite două-trei ore, și numai după aceea putea să adoarmă. Terapeutul și ceilalți membri ai grupului i-au dat voie să-și încheie ziua de muncă fără vreo presiune ulterioară și să adoarmă imediat, când are chef, în ciuda opoziției din partea Părintelui său cicălitor și critic, iar insomniile au dispărut. La scurt timp după asta, din motive care n-au devenit niciodată clare, i-a dispărut și diareea, iar două luni mai târziu, Cyril a pus capăt terapiei.

Deși presiunea anticipată și cea ulterioară, luate separat, pot să creeze probleme oamenilor cu scenarii dificile, în majoritatea cazurilor, una sau cealaltă poate fi tolerată fără consecințe grave. Însă poate fi periculos pentru aproape oricine dacă presiunea ulterioară a întâmplării consumate se suprapune peste presiunea anticipată a evenimentului ce urmează. Acest lucru se întâlnește cel mai des în sindroamele de „suprasolicitare"; de fapt, este o bună definiție a suprasolicitării. Oricât de mare ar fi povara, atât timp cât munca poate fi desfășurată fără a surveni o asemenea suprapunere, nu există suprasolicitare (psihică). Însă dacă apare suprapunerea, individul e suprasolicitat, indiferent cât de mică este în realitate povara. După ziua de ieri, Părintele îl hărțuiește cu vinovății și îndoieli: n-ar fi trebuit să facă *așa*, ce vor crede ceilalți despre el, de ce n-a procedat altfel? Și, în timp ce toate astea i se învârt în cap precum berea trezită, Copilul său își face griji pentru a doua zi: ce greșeli ar putea să comită, ce-ar putea să-i facă ceilalți, ce i-ar plăcea lui să le facă lor. Aceste gânduri oțetite se contopesc cu celelalte și formează o combinație deprimantă, câtuși de puțin atrăgătoare. Un exemplu:

Pebble, contabilul, muncește până la o bucată de noapte ca să pregătească bilanțul anual. Cifrele nu ies cum trebuie, așa că după ce ajunge acasă, stă treaz în pat și-și mai face griji o vreme. După ce adoarme în sfârșit, cifrele continuă să-i plutească în fața ochilor, în vise și viziuni neliniștitoare. Dimineața, când se trezește, nimic nu s-a rezolvat, iar presiunea ulterioară a muncii din seara anterioară n-a dispărut. Acum începe să-și facă griji cu gândul la ce se va întâmpla în ziua

aceea, când va ajunge la serviciu, căci îndatoririle lui obișnuite trebuie să meargă mai departe și le resimte anticipat presiunea în timp ce încearcă să schimbe o vorbă cu familia sa, la micul dejun. Iar dedesubtul tuturor acestor imperative, pe o scală de timp mai amplă, se află presiunea ulterioară a greșelilor pe care le-a făcut în bilanțul din anul anterior, pentru care l-a certat șeful; iar presiunea anticipată a ceea ce s-ar putea întâmpla la ședința anuală din acel an îi întoarce deja stomacul pe dos. Cu mintea prinsă de ghearele acestor suprapuneri, nu-i mai rămâne nici timp, nici energie și nici motivație pentru viața personală, așa că lucrurile încep să meargă prost acasă. Relațiile sale nu sunt cu nimic îmbunătățite de iritabilitatea, absența și pesimismul lui.

În majoritatea cazurilor de acest fel, rezultatul final e stabilit de echilibrul dintre Părintele aspru, pretențios al lui Pebble și Copilul lui deprimat și furios. Dacă e mai puternic Părintele, Pebble va duce treaba la bun sfârșit, după care va cădea lat și va fi spitalizat cu depresie agitată. Dacă domină Copilul, Pebble va începe să se poarte ciudat, va renunța înainte să încheie sarcina și se va alege cu o stare schizoidă sau schizofrenică. Iar dacă Adultul său e mai puternic și decât Părintele, și decât Copilul, Pebble va face eforturi până la încheierea sarcinii și apoi se va prăbuși într-o stare de suprasolicitare din care își va reveni după câteva zile de odihnă sau de concediu. Dar chiar și în asemenea cazuri favorabile, dacă tensiunea se prelungește ani la rând, se poate alege în final cu o dizabilitate fizică cronică. Potrivit informațiilor disponibile în prezent, Pebble e un bun candidat pentru ulcer sau hipertensiune.

Pericolul în situația lui Pebble constă în felul cum îi este structurat timpul. După cum am văzut în capitolul 10, există două modalități de a planifica o sarcină. Una este Timpul-obiectiv, „Am să muncesc până termin (indiferent cât îmi ia)", iar cealaltă, Timpul-cronometru: „Am să muncesc până la miezul nopții (și apoi mă opresc, orice-ar fi)". Pebble nu putea nici să termine, nici să se oprească; el funcționa după

imperativul „Dă-i zor!" Trebuia să încheie o anumită sarcină până la un anumit moment din timp, iar această combinație forțată de Timp-obiectiv și Timp-cronometru pune deseori o problemă aproape imposibil de rezolvat. În basme, asta se întâmplă când fata trebuie să separe grâul de neghină înainte de ivirea zorilor. Ar putea să termine dacă i s-ar da suficient timp sau ar putea să rezolve o parte din sarcină până în zori, dar ca să termine complet în intervalul de timp dat, a avut nevoie de ajutorul magic al zânei, spiridușilor, păsărilor sau furnicilor. Pebble n-are la dispoziție spiriduși, păsări sau alte ajutoare magice, așa că plătește așa cum ar fi plătit și fata dacă n-ar fi rezolvat sarcina: își pierde capul.

Remediul pentru suprapuneri ține de aritmetică. Fiecare om are un fel de „timp de presiune anticipată" și „timp de presiune ulterioară" standard pentru diferite tipuri de situații. Aceste tipuri de situații ar trebui trecute pe o listă: certuri conjugale, examene sau audieri, termene-limită la serviciu, călătorii, vizite la rude sau din partea rudelor și așa mai departe. Cele două intervale de timp de îngrijorare ar trebui estimate pe baza experiențelor cu fiecare tip de situație. Având la îndemână informațiile, prevenirea suprapunerilor se reduce la un calcul simplu. Dacă perioada de tensiune ulterioară pentru situația A este de x zile, iar perioada de tensiune anticipată pentru situația B este de y zile, atunci data fixată pentru B trebuie să fie de cel puțin x+y+1 zile după data situației A. Dacă ambele evenimente pot fi anticipate, treaba e ușor de aranjat. Dacă A e neprevăzut, data lui B trebuie amânată. Dacă asta nu merge, a doua variantă ar fi de a da zor cu B, în așa fel încât și A, și B să fie depășite cu cel mai scurt interval de suprapunere posibil, sperând că totul va ieși bine. Dacă B nu poate fi mutat, singurele alternative rămase sunt să te ții în formă sau să dai bir cu fugiții.

Mamele cu copii mici sunt, în general, exemplul cel mai bun de oameni care reușesc să se mențină în formă, în loc de a da bir cu fugiții. Cu o putere de recuperare uimitoare, ele asimilează în existența cotidiană numeroase presiuni ulterioare și zeci de presiuni anterioare zilnice. Dacă nu reușesc, devin hărțuite, iar sentimentul de hărțuială e primul semn al suprapunerilor imposibil de administrat și primul indiciu că se impune o vacanță. Suprapunerile afectează activitatea sexuală a ambelor sexe, având efect de anafrodisiac. Invers, sexul este un antidot excelent pentru suprapuneri și în cazul multor cupluri, o săptămână sau chiar și numai două zile departe de copii redau apetitul și puterea sexuală și înlocuiesc presiunea anticipată și pe cea ulterioară cu căldură și zâmbet. Majoritatea presiunilor anticipate și ulterioare se epuizează de la sine în aproximativ șase zile, așa că o vacanță de două săptămâni permite anularea celor ulterioare, după care urmează câteva zile senine înainte ca presiunile anticipate să înceapă să se strecoare în momentele când persoana e cu garda jos și să îngreuneze iarăși situația. Însă pentru asimilarea presiunilor ulterioare cronice și a celor anticipate mai profunde, reprimate, probabil că e necesară o vacanță de cel puțin șase săptămâni. Asta se întâmpla mult mai pașnic pe vremuri, când o lună în Europa era precedată și urmată de cele șase-șapte zile de traversare odihnitoare a Atlanticului, decât acum, când avioanele cu reacție și efectele schimbării de fus orar sunt ele însele experiențe solicitante.

Probabil că visul este mecanismul normal pentru adaptarea presiunii anticipate și ulterioare. Astfel, se întâmplă ca oamenii deprivați experimental sau punitiv de posibilitatea de a visa ajung după o vreme la o stare asemănătoare psihozei.[95] Așadar, somnul normal e important pentru prevenirea suprapunerii și a efectelor sale negative. Cum sedativele de tipul barbituricelor reduc cantitatea de somn REM cu vise în favoarea celorlalte stadii ale somnului, ele nu stimulează asimilarea presiunilor anticipate și ulterioare; efectul poate consta în „depozitarea" suprapunerilor neasimilate într-o parte sau alta a corpului, ducând la o afecțiune „psihosoma-

95 Luce, G.G. și Segal, J. *Sleep*. Coward-McCann, Inc. New York, 1967.

tică".[96] Însă asta poate fi uneori preferabil față de efectele insomniei prelungite și îndelungate.

Numeroși filosofi ai existenței au recomandat „trăirea vieții zi cu zi". Asta n-ar trebui să însemne a trăi doar pentru momentul prezent sau a trăi fără organizare ori fără planuri pentru viitor. Mulți dintre acești filosofi, cum ar fi William Osler[97], erau oameni foarte bine organizați, cu carieră extrem de bine planificată. În limbajul prezentului, a trăi zi cu zi înseamnă a duce o viață bine planificată și organizată și a dormi bine între o zi și următoarea, astfel încât ziua să se încheie fără presiune anticipată, din moment ce următoarea e bine planificată, și să înceapă fără presiuni ulterioare, din moment ce ziua anterioară a fost bine organizată. Asta e un mod excelent de a depăși dizabilitățile care ar putea decurge altfel dintr-un scenariu negativ și o cale la fel de bună de a duce un scenariu pozitiv la finalul fericit prevăzut în el.

F. Micul fascist

În mintea oricărei ființe umane pare să existe un mic fascist. El provine din cele mai profunde straturi ale personalității (Copilul din Copil). La popoarele civilizate e de obicei adânc îngropat sub o platformă de idealuri sociale și învățare socială, dar cu permisiunile și directivele adecvate, poate să se elibereze și să se desfășoare la capacitate maximă, după

96 În prezent, aceasta este doar o ipoteză interesantă desprinsă din propriile mele observații și nu pot oferi dovezi convingătoare care să o valideze. Dar compară cu Kales et al., „Psychophysiological and Biochemical Changes Following Use and Withdrawal of Hypnotics". În *Sleep: Physiology and Pathology* (A. Kales, coord.). J.B. Lippincott & Company, Philadelphia, 1969. De asemenea, Rubin, R.T. și Mandell, A.J. „Adrenal Cortical Activity in Pathological Emotional States". *American Journal of Psychiatry*, 123: 387-400, 1966. Și altele.

97 Osler, W. *Aequanimitas and Other Papers*. W.W. Norton & Company, New York, 1963.

cum a dovedit istoria în repetate rânduri. În segmentele mai puțin civilizate ale populației, este expus pe față și hrănit, așteptând doar ocaziile adecvate de exprimare periodică. În ambele cazuri, el reprezintă o forță considerabilă în promovarea scenariului — în primul caz ascunsă, subtilă și negată, iar în al doilea caz, recunoscută într-un mod primitiv sau chiar cu mândrie. Dar se poate spune că orice om care nu e conștient de existența acestei forțe în personalitatea sa a pierdut controlul asupra ei. Nu s-a confruntat cu sine și nu poate ști încotro se îndreaptă. Un bun exemplu s-a petrecut la o ședință a „conservaționiștilor", în care Conservo și-a exprimat marea admirație față de un anumit trib din Asia, care-și îngrijește foarte bine resursele naturale, „mult mai bine decât noi". Un umanist i-a întors-o: „Da, dar are o rată a mortalității infantile cumplită." „Ho-ho-ho", a replicat Conservo, imitat de alți câțiva. „Cu atât mai bine, nu? Oricum sunt prea mulți sugari pe lume."

Fascistul poate fi definit ca persoana care nu nutrește pic de respect pentru țesuturile vii și le consideră prada sa. Fără îndoială, această atitudine arogantă este o rămășiță din preistoria speciei umane, care mai supraviețuiește în apetitul canibalic și în bucuria masacrului. Pentru antropoidele carnivore pornite la vânătoare, lipsa de milă însemna eficiență, iar lăcomia era motivată de foame. Dar pe măsură ce mintea și creierul au evoluat prin intermediul selecției naturale, aceste trăsături n-au fost eliminate. După ce n-au mai fost necesare pentru supraviețuire, s-au despărțit de obiectivul lor inițial, acela de a face rost de carnea pentru cină, și au degenerat, devenind scopuri în sine, luxuri savurate adesea pe socoteala altor ființe umane. Lipsa de milă s-a transformat în cruzime, iar lăcomia, în exploatare și hoție. Cum prada — carnea în sine și mai ales carnea de om — a fost înlocuită în mare măsură de bunuri mai la îndemână și mai comode, a început să fie folosită pentru satisfacerea foamei psihice de diferite tipuri. Plăcerile torturii au ajuns să înlocuiască sau să preceadă plăcerile hrănirii, iar „He-he" a luat locul lui „Mmmm". Să

(s-o) omori a ajuns mai puțin important decât să-l (s-o) vezi și auzi cum țipă și se înjosește. Asta a devenit esența fascismului — o bandă rătăcitoare în căutarea prăzii, indiferent de sex, pe care s-o chinuie și s-o batjocorească —, a cărui artă constă în găsirea slăbiciunii victimei.

Înjosirea are două efecte secundare, amândouă avantajoase pentru agresor. Efectul biologic constă în plăcerea și excitația sexuală, victima putând fi folosită pentru satisfacerea celor mai ingenioase perversiuni, favorita fiind, conform documentelor, violul anal. Tortura determină o intimitate stranie între torționar și victimă și o ocazie de a vedea profund unul în sufletul celuilalt, lucruri care, de obicei, lipsesc în restul vieții lor. Celălalt efect secundar este pur comercial. Victima are întotdeauna posesiuni de valoare din care se poate obține profit. Pentru canibali, poate fi vorba de tăria dobândită din organe magice, cum ar fi inima sau testiculele sau chiar urechea. Pentru oamenii avansați, grăsimea se poate folosi la fabricarea săpunului, iar plombele din aur pot fi recuperate. Aceste câștiguri sunt exploatate după ce intensitatea interacțiunii personale a scăzut și sunt „topite" în anonimat.

Pe măsură ce se dezvoltă, embrionul uman parcurge întregul arbore al evoluției. Uneori rămâne agățat și se naște cu rudimente rămase din stadii străvechi, ca de pildă operculele. Pe măsură ce cresc, copiii parcurg preistoria speciei umane și traversează etapa vânătorii, a cultivării plantelor și a confecționării obiectelor, putând rămâne agățați în oricare dintre ele. Dar oricine păstrează vestigii din toate acestea.

Micul fascist din orice ființă umană e un mic torționar care caută slăbiciunile victimelor sale și le savurează. Când el iese la iveală, individul lovește schilozi, calcă în picioare și violează, uneori cu o scuză sau alta, cum ar fi duritatea, obiectivismul sau îndreptățirea. Dar majoritatea oamenilor își reprimă aceste tendințe, se prefac că ele nici măcar nu există, le găsesc scuze dacă se întâmplă să iasă la lumină sau le acoperă și le deghizează cu ajutorul fricii. Unii chiar încearcă

să-și demonstreze nevinovăția devenind intenționat victimă în loc de agresor, pe principiul că e mai bine să fie vărsat sângele lor decât al altora — dar de vărsare de sânge tot au nevoie.

Aceste lupte primitive se împletesc cu poruncile, preceptele și permisiunile scenariului și împreună formează baza jocurilor „organice", de gradul trei, ce se lasă cu vărsare de sânge. Cel care se preface că aceste forțe nu există devine victima lor. Întreg scenariul său se poate transforma într-un proiect menit să demonstreze că ele nu-l influențează, dar cum e foarte probabil ca, de fapt, să-l influențeze, asta înseamnă autonegare și, în consecință, negarea dreptului său la un destin liber ales. Soluția constă nu în a spune, cum fac mulți, „E înspăimântător", ci: „Ce pot face în privința asta și ce pot face cu forțele astea?" E mai bine să fii martir decât troglodit — adică un om care refuză să creadă că a evoluat dintr-o primată fiindcă, de fapt, încă n-a evoluat; să te cunoști e însă mai bine decât amândouă.

Este important a înțelege că anumite aspecte „genocidare" ale firii omenești au rămas neschimbate în ultimele cinci mii de ani, indiferent de evoluția genetică petrecută în această perioadă; ele rămân totodată imune la influențele din mediu și sociale. Unul dintre ele este prejudecata față de oamenii cu pielea mai închisă la culoare, care a rămas neschimbată încă din zorii istoriei documentate, în Egiptul Antic, ai cărui „neferiți locuitori din Cuș" sunt și acum reprezentați de popoarele negre de pe tot cuprinsul lumii.[98] Celălalt aspect este războiul de tip „caută și distruge". Spre exemplu:

„234 inamici din Viet Cong prinși în ambuscadă și uciși" și „237 săteni măcelăriți în Vietnam". (Ambele citate din rapoartele armatei americane, 1969.)

Pentru comparație: „800 din soldații lor am distrus cu armele mele; civilii lor i-am ars în flăcări; băieții și fecioarele le-am necinstit. 1 000 de leșuri ale războinicilor lor le-am stivuit pe un deal. În prima zi a lunii mai, am omorât 800 din

[98] Berne, E. „The Mythology of Dark and Fair". *Loc. cit.*

soldații lor, le-am ars casele, le-am necinstit băieții și fecioarele" etc. (Din Analele lui Assur-Nasir-Pal, Coloana a II-a, aproximativ 870 î.Hr.)

Așadar, de cel puțin 2800 de ani există indivizi dispuși și dornici să numere cadavre. Băieții buni ajung „pierderi în luptă", iar băieții răi, „cadavre", „morți" sau „leșuri".

G. Schizofrenicul curajos

Pe lângă caracteristicile biologice și psihice ale organismului uman care permit scenariului programat dinainte să devină stăpânul destinului persoanei, societatea este alcătuită în așa fel încât să încurajeze lipsa de autonomie. Acest lucru se realizează cu ajutorul contractului tranzacțional social, care spune: „Tu îmi accepți persona sau felul cum mă prezint, iar eu o accept pe a ta." Orice abrogare a acestui contract e considerată grosolănie, cu excepția cazului în care este permisă în mod explicit într-un anumit grup. Rezultatul este o lipsă a confruntării — cu ceilalți și cu sine, căci în spatele acestui contract social se află un contract individual între cele trei aspecte ale personalității. Părintele, Copilul și Adultul cad de acord să-și accepte reciproc felul cum se prezintă și nu oricine are suficient curaj pentru a modifica acest contract cu sine când o atare acțiune e recomandată.

Lipsa de confruntare se vede cel mai clar în cazul schizofrenicilor și a terapeutului lor. Majoritatea terapeuților (din experiența mea) afirmă că schizofrenia e incurabilă. Prin aceasta vor să spună: „Schizofrenia este incurabilă cu tipul meu de terapie psihanalitică și să fiu al naibii dacă am de gând să încerc altceva." Drept urmare, se mulțumesc cu ceea ce ei numesc „a face progrese" și, la fel ca în cazul binecunoscutului producător de aparatură electrocasnică, progresul e principalul lor produs. Dar progresul înseamnă doar a-l face pe schizofrenic să trăiască cu mai mult curaj în lumea lui nebună, nu a-l scoate din ea, și așa, lumea e plină de schizofrenici curajoși care-și trăiesc scenariul tragic cu ajutorul terapeuților nu tocmai curajoși.

Două sloganuri întâlnite frecvent la terapeuți se întâlnesc adesea și în rândul populației generale: „Nu le poți spune oamenilor ce să facă" și „Nu te pot ajuta, trebuie să te ajuți singur." Ambele sunt absolut false. *Poți* să le spui oamenilor ce să facă, și mulți dintre ei o vor face bine. Și *poți* să ajuți oamenii, iar ei nu trebuie să se ajute singuri, ci doar să se ridice, după ce i-ai ajutat, și să-și vadă de treburi. Dar cu asemenea sloganuri, societatea (și nu mă refer doar la cea americană, ci la *toate* societățile) încurajează omul să rămână între granițele scenariului său și să-l ducă până la finalul deseori tragic. Scenariul înseamnă doar că, în urmă cu multă vreme, cineva i-a spus persoanei ce să facă, iar persoana a hotărât că va face întocmai. Asta demonstrează că poți spune oamenilor ce să facă și, de fapt, le spui tot timpul, mai cu seamă dacă ai copii. Așa că e posibil ca, dacă-i spui unui om să facă altceva decât i-au spus părinții, el să se hotărască să-ți urmeze sfatul sau instrucțiunile. Se știe bine că poți ajuta oamenii să se îmbete, să se sinucidă sau să omoare; prin urmare, poți să-i ajuți și să înceteze să bea, să se sinucidă sau să omoare. E cu siguranță posibil să dai oamenilor *permisiunea* de a face anumite lucruri sau de a înceta să mai facă anumite lucruri pe care li s-a poruncit în copilărie să le facă fără oprire. În loc de a-i încuraja să trăiască cu curaj în vechea lume a nefericirii, pot fi făcuți să trăiască fericiți într-o lume nouă, a curajului.

Așadar, am prezentat mai sus șapte factori care fac posibil scenariul și-i susțin derularea: plasticitatea facială, Eul mobil, fascinația și imprintingul, influențele mute, presiunea anticipată și cea ulterioară, micul fascist și consimțământul celorlalți. Dar am prezentat, de asemenea, și un remediu practic pentru fiecare.

H. Manechinul ventrilocului

Pe măsură ce a câştigat teren, psihanaliza a dat la o parte multe dintre realizările valoroase anterioare. Astfel, asocierea liberă a înlocuit tradiţia de secole a introspecţiei. Asocierea liberă se preocupa de conţinuturile psihice, lăsând pe seama psihanalistului descifrarea, cu ajutorul acestor conţinuturi, a modului de funcţionare a psihicului. E imposibil să-ţi dai seama cum funcţionează o maşinărie închisă (o „cutie neagră") atât timp cât ea merge perfect. Îi poţi afla mecanismele doar dacă face greşeli sau o determini să facă greşeli, azvârlind în ea o cheie franceză. Astfel, asocierea liberă poate fi doar atât de bună pe cât e psihopatologia din spatele ei: comutările, intruziunile, actele ratate şi visele.

Pe de altă parte, introspecţia îndepărtează capacul cutiei negre şi permite Adultului persoanei să arunce o privire asupra minţii proprii, ca să vadă cum funcţionează: cum alcătuieşte propoziţii şi fraze, din ce direcţie vin imaginile şi ce voci îi direcţionează comportamentul. După părerea mea, Federn a fost primul psihanalist care a reînsufleţit această tradiţie şi a studiat în mod specific dialogurile interne.

Aproape oricine şi-a spus „sieşi" la un moment sau altul: „N-ar fi trebuit să faci asta!", ba poate chiar a observat că „el însuşi" răspunde: „Dar n-am avut încotro!" În acest caz, Părintele e cel care spune „N-ar fi trebuit să faci asta!", iar Adultul sau Copilul răspunde: „Dar n-am avut încotro!" Asta reproduce cu exactitate un dialog real din copilărie. Dar ce se întâmplă la drept vorbind? Astfel de dialoguri interne au trei „grade". În gradul întâi, cuvintele trec prin mintea lui Jeder ca nişte umbre, fără mişcări musculare ori cel puţin fără mişcări pe care ochiul sau urechea să le poată percepe. În gradul al doilea, el îşi simte musculatura fonatoare mişcându-se puţin, astfel că-şi şopteşte sieşi, fără să deschidă gura; există îndeosebi mici mişcări ale limbii. În gradul al treilea, Jeder rosteşte cuvintele cu voce tare. Gradul al treilea poate prelua conducerea în anumite tulburări, astfel că individul merge pe

stradă vorbind singur, iar oamenii întorc capul să se uite şi, foarte probabil, îşi spun că e „nebun". Mai există şi gradul al patrulea, în care una dintre vocile lăuntrice este percepută ca venind din afară, nu din propriul cap. E vorba de obicei de vocea părintelui (de fapt, vocea tatălui sau a mamei), şi ea reprezintă o halucinaţie. Uneori, Copilul răspunde vocii Părintelui, alteori nu, dar în orice caz, ea îi influenţează anumite aspecte ale comportamentului.

Pentru că oamenii care „vorbesc singuri" sunt consideraţi nebuni, aproape toată lumea a primit porunca de a nu-şi asculta vocile din minte. Însă e o capacitate ce poate fi recuperată rapid, dacă individului i se dă permisiunea adecvată. Pe urmă, aproape oricine îşi poate asculta dialogurile interne, şi asta e una dintre cele mai bune căi de a afla în ce constau preceptele Părintelui, modelul Părintelui şi comenzile scenariului.

O fată începea să se roage în minte când simţea excitaţie sexuală, ca să poată rezista încercărilor de seducţie ale prietenului ei. Auzea clar îndrumarea preceptului Părintelui: „Fii fată cuminte şi, când te simţi ispitită, roagă-te." Un bărbat s-a implicat într-o încăierare în bar şi a avut mare grijă să se bată cu îndemânare. Auzea clar vocea tatălui său spunând: „Nu-ţi repezi pumnii la întâmplare!", lucru care făcea parte din modelul tatălui: „Uite, aşa te baţi într-un bar." Omul a intrat în încăierare fiindcă vocea mamei sale spunea provocator: „Eşti exact ca taică-tău, într-o bună zi ai să te trezeşti cu dinţii scoşi într-o bătaie în bar." Un speculator la bursă a auzit, în momentul critic, o voce demonică spunându-i: „Nu vinde, cumpără." Omul şi-a abandonat campania plănuită cu mare grijă şi şi-a pierdut tot capitalul, comentând: „Ha-ha!"

Vocea Părintelui exercită acelaşi fel de control ca un ventriloc. Ea pune stăpânire pe aparatul fonator al persoanei, iar aceasta se trezeşte rostind cuvinte care vin de la altcineva. Dacă nu intervine Adultul, persoana urmează instrucţiunile primite de la această voce, astfel încât Copilul său se poartă exact ca manechinul unui ventriloc. Această capacitate de a

renunța la voința proprie, adeseori fără a-și da seama ce se întâmplă, și de a permite altcuiva să controleze musculatura fonatoare și alți mușchi din corp este ceea ce permite scenariului să preia controlul la momentul potrivit.

Remediul constă în a asculta vocile din minte și a lăsa Adultul să hotărască dacă le va urma sau nu instrucțiunile. Astfel, individul se eliberează de sub controlul ventrilocului Părintelui și devine stăpân pe propriile acțiuni. Ca să facă asta, are nevoie de două permisiuni, pe care și le poate da singur, dar care pot fi mai eficiente dacă vin de la altcineva, ca de pildă de la terapeut.

1. Permisiunea de a-și asculta dialogul intern.
2. Permisiunea de a nu urma directivele Părintelui.

Acest demers prezintă anumite pericole, iar individul poate avea nevoie de protecție din partea altcuiva dacă îndrăznește să nu dea ascultare directivelor Parentale. De aceea, una dintre misiunile terapeutului constă în a le oferi pacienților protecție când aceștia acționează independent de Părintele ventriloc și încearcă să fie oameni reali, nu manechine.

Mai trebuie adăugat că dacă *vocile Parentale* îi spun individului ce are voie și ce nu are voie să facă, *imaginile Copilului* îi spun ce vrea să facă. Dorințele sunt vizuale, iar directivele, auditive.

I. Mai multe despre demon

Toate elementele menționate până acum au rolul lor în a face scenariul posibil și majoritatea depășesc capacitatea de conștientizare a persoanei. Acum ajungem la elementul-cheie, care nu doar că face scenariul posibil, ci, mai mult, îi dă imboldul decisiv. Este demonul, care-l trimite pe Jeder, gol-pușcă și pe patine cu rotile, pe deal în jos, unde-l așteaptă distrugerea, tocmai când e pe punctul să reușească și fără ca el

să apuce să-și dea seama ce i se întâmplă. Dar de obicei, când privește în urmă, chiar dacă n-a auzit vreodată celelalte voci din mintea sa, și-o amintește pe asta — vocea demonului rostind îndemnul irezistibil: „Hai, dă-i drumul, fă-o!" Iar el se execută, împotriva tuturor celorlalte forțe care-l avertizează că nu e bine și încearcă zadarnic să-l cheme înapoi. Acesta e Daemon, imboldul brusc, supranatural ce hotărăște soarta unui om, o voce din Epoca de Aur, inferioară zeilor dar superioară omenirii, poate un înger căzut. Asta ne spun istoricii, și poate că au dreptate. Pentru Heraclit, Daemon-ul din om este caracterul lui. Dar acest Daemon — potrivit celor care l-au cunoscut, învinșii care tocmai se culeg de pe jos și se scutură de praf — glăsuiește nu prin porunci rostite tare, ca spiritul unui zeu puternic, ci într-o șoaptă seducătoare, ca o femeie care ademenește, ca o fermecătoare: „Hai, fă-o! Dă-i drumul. De ce nu? Ce ai de pierdut, în afară de tot? În schimb mă vei avea pe mine, la fel ca pe vremuri, în Epoca de Aur."

Asta e compulsia la repetiție, care-i împinge pe oameni spre pieire, puterea morții, potrivit lui Freud, sau puterea zeiței Ananke. Numai că Freud o plasează într-o misterioasă sferă biologică, pe când, la drept vorbind, ea e doar vocea seducției. Asta o poate confirma bărbatul (sau femeia) care deține așa ceva și cunoaște puterea demonului propriu.

Remediul împotriva demonilor a fost dintotdeauna formula magică, și la fel se întâmplă și în acest caz. Toți învinșii ar trebui s-o poarte în portmoneu sau în poșetă; ori de câte ori se profilează o reușită, acela e momentul primejdiei. Aceea e clipa când formula magică trebuie scoasă și citită cu voce tare, de mai multe ori. Apoi, când demonul șoptește: „Întinde mâna și pune toți banii pe un ultim număr, sau bea doar un pahar, sau acum e momentul să scoți cuțitul, ori s-o (să-l) înșfaci de gât și s-o (să-l) tragi spre tine" sau oricare altă mișcare ce duce la înfrângere, individul trebuie să-și tragă mâna înapoi și să spună tare și răspicat: „Dar, mamă, prefer s-o fac în felul meu și să înving."

J. Persoana reală

Inversul scenariului este persoana reală, care trăiește într-o lume reală. Această persoană este probabil adevăratul Eu, cel care poate trece de la o stare a Eului la alta. Când oamenii ajung să se cunoască bine unul pe altul, ei pătrund dincolo de scenariu, în adâncimile unde sălășluiește acest Eu adevărat; aceea e partea din celălalt pe care o respectă și o iubesc, cea cu care pot să aibă momente de intimitate autentică înainte ca programarea Parentală să preia din nou controlul. Acest lucru este posibil pentru că s-a mai întâmplat anterior în viața majorității oamenilor, în relația cea mai intimă și mai neafectată de scenariu: cea dintre mamă și bebelușul ei. De obicei, mama poate să-și lase scenariul la o parte în perioada alăptatului, dacă e lăsată să-și urmeze instinctele, iar bebelușul încă nu are un scenariu.

În ce mă privește pe mine însumi, nu știu dacă încă mai sunt condus de un cilindru muzical sau nu. Dacă sunt, aștept cu interes și deschidere — și fără teamă — melodia următoarelor note și, pe urmă, armonia și dizarmonia. Încotro mă voi îndrepta în continuare? În acest caz, viața mea are sens, pentru că urmez tradiția îndelungată și glorioasă a strămoșilor ei, pe care mi-au transmis-o părinții, o muzică mai dulce, poate, decât aș putea compune singur. Știu cu siguranță că sunt zone întinse unde am libertatea de a improviza. S-ar putea chiar să fiu unul dintre puținii oameni norocoși din lume care s-au debarasat complet de cătușe și lanțuri și-și creează singuri melodia. În acest caz, sunt un improvizator curajos, care se confruntă singur cu lumea. Dar indiferent dacă simulez la un pian mecanic sau ating clapele cu puterea propriei minți și a propriilor mâini, cântecul vieții mele e la fel de plin de suspans și surprize, revărsându-se din claviatura vie a destinului — o barcarolă care, sper, va lăsa oricum în urmă ecouri fericite.

Capitolul 15
TRANSMITEREA SCENARIULUI DE VIAȚĂ

A. Matricea scenariului

Matricea scenariului este o diagramă menită să ilustreze și să analizeze directivele transmise de părinți și bunici generației actuale. În această schemă relativ simplă poate fi comprimată foarte elegant o cantitate imensă de informație. Am alcătuit matrici de scenariu pentru unele cazuri prezentate în capitolele 6 și 7 (figurile 6, 8 și 9), pe cât de corect au permis informațiile date. În practică, problema constă în a separa directivele parentale decisive și modelele de comportament decisive — tema scenariului — de „zgomotul de fond" sau rumoarea din fundal, lucru de două ori dificil, fiindcă nu doar persoana însăși, ci și toți cei din jurul ei contribuie cât pot de mult la aceste elemente perturbatoare. Iar ele tind să ascundă pașii ce duc la răsplata scenariului, finalul fericit sau tragic care, în limbajul biologilor[99], se numește „etalarea finală". Cu alte cuvinte, oamenii fac eforturi foarte mari de a-și ascunde scenariul față de ei înșiși și de ceilalți — lucru cât se poate de firesc. Ca să revenim la o metaforă anterioară, omul așezat la un pian mecanic și care-și mișcă degetele cu iluzia că el însuși creează muzica nu vrea să-i spună cineva să se uite înăuntrul pianului, și nici publicul, care savurează spectacolul, nu vrea acest lucru.

[99] Hendricks, S.B. „Metabolic Control of Timing", *Science*, 141: 21-27, 5 iulie 1963.

Steiner, care a conceput matricea scenariului[100], urmează schema originală propusă de scriitor, anume că, de obicei, părintele de sex opus îi spune copilului ce să facă, iar părintele de același sex îi arată cum să facă (cf. Butch). Steiner a făcut adăugiri importante la această schemă. El a dus-o mult mai departe, specificând ce anume face fiecare stare a Eului în cazul părinților. Potrivit lui Steiner, Copilul părintelui e cel care dă poruncile, iar Adultul părintelui îi oferă copilului „programul" (pe care l-am mai numit și model). De asemenea, el a adăugat un element nou, contrascenariul, care provine de la Părintele părinților. Versiunea de matrice a lui Steiner derivă în principal din activitatea lui cu alcoolici, dependenți de droguri și „sociopați". Toți aceștia au scenarii de gradul al treilea, dure, tragice (pe care el le numește „hamartice"). Prin urmare, matricea elaborată de el se ocupă de poruncile aspre din partea „Copilului nebun", dar poate fi extinsă, pentru a include seducțiile și provocările, ca și poruncile care par să provină de la Părintele părintelui, nu de la Copilul nebun al acestuia (cf. matricii lui Butch, Figura 6).

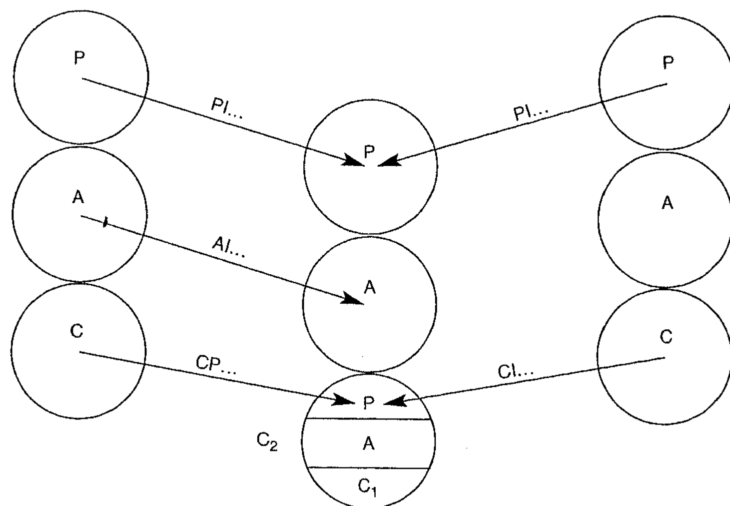
Deși există mai multe întrebări la care se va putea răspunde în lumina experienței viitoare, structura prezentată în figura 8 a fost acceptată de mulți ca model interimar și, cu siguranță, se dovedește a fi de mare valoare în activitatea

100 În forma sa actuală, matricea scenariului a fost elaborată de dr. Claude M. Steiner, de la Institutul de Analiză Tranzacțională din San Francisco, și a fost publicată pentru prima oară în articolul său, „Script and Counterscript", *Loc. cit.* După părerea mea, valoarea ei nu poate fi supraestimată, ținând cont de faptul că matricea conține programarea pentru o întreagă viață de om și, în plus, indică felul cum poate fi schimbată. Este o invenție atât de importantă, încât aș dori, fără a diminua cu nimic spiritul de observație, inventivitatea și creativitatea doctorului Steiner, să-mi afirm o anumită contribuție la elaborarea ei. Predecesorii matricii sunt diagramele mai primitive ce pot fi găsite la paginile 201 și 205 ale cărții mele, *Transactional Analysis in Psychotherapy* (*loc. cit.*). Articolul menționat mai sus marchează, de asemenea, prima apariția tipărită a conceptelor de contrascenariu și poruncă, alte produse ale gândirii și intuiției doctorului Steiner.

clinică, dar și în studiile asupra dezvoltării, în cele sociologice și antropologice, după cum vom arăta în scurt timp. Această matrice „standard" arată poruncile și provocările provenite de la Copilul părinților, cel mai des de la părintele de sex opus. Dacă ea se dovedește a fi universal valabilă, va constitui o descoperire crucială cu privire la destinul omenesc și la transmiterea destinului de la o generație la alta. Atunci, cel mai important principiu al teoriei scenariului de viață va putea fi formulată astfel: „Copilul părintelui formează Părintele Copilului" sau „Părintele copilului este Copilul Părintelui".[101] El ar trebui să fie ușor de înțeles cu ajutorul diagramei, ținând minte că termenii „Copil" și „Părinte" cu majusculă se referă la stările Eului, iar „părinte" și „copil" cu literă mică se referă la persoanele propriu-zise.

O matrice de scenariu goală, cum e cea prezentată în figura 14, poate fi desenată pe o tablă și folosită în timpul ședințelor de terapie de grup și în predarea teoriei scenariului de viață. În analiza unui caz individual, părinții sunt etichetați mai întâi în concordanță cu sexul pacientului, iar

101 Johnson și Szurek au mers până la a postula „lacune ale Supraeului" ca explicație pentru „acting out". Adică, copiii recurg la „acting out" pentru că părinților „le lipsește" ceva. Aceasta a fost una dintre primele afirmații teoretice privind felul cum părinții își influențează copiii în direcția purtării „proaste". (Johnson, A.M. și Szurek, S.A. „The Genesis of Anti-Social Acting Out in Children and Adults". *Psychoanalytic Quarterly*, 21: 323-343, 1952.) Noi am lărgit problema, de la „acting out" la viața reală, și am încercat să includem toate formele de comportament, fie ele „antisociale" sau nu. Erikson se apropie foarte mult de concepția despre scenariul de viață, dar în cele din urmă se depărtează. (Erikson, E. *Identity and the Life Cycle. Loc. cit.*) După cum am menționat, Freud vorbește despre „compulsia destinului", considerând că este un fenomen biologic, fără a-i specifica originea psihologică, iar Adler vorbește despre stilul de viață. Așadar, principiul poruncii, prezentat în text, poate fi considerat ca o completare la observațiile tuturor acestor autori. Cf. Jackson, D.D. „Family Interaction, Family Homeostasis and Some Implications for Conjoint Family Psychotherapy." În *Individual and Familial Dynamics* (J.H. Masserman, coord.). Grune & Stratton, New York, 1959.



O matrice de scenariu goală

Figura 14

apoi se completează, de-a lungul săgeților, sloganurile, modelele, poruncile și provocările. Astfel se obține o reprezentare vizuală clară a tranzacțiilor decisive ale scenariului, rezultând o diagramă asemănătoare cu figurile 6, 8 și 9. Cu ajutorul unui astfel de instrument se va constata în scurt timp că matricea scenariului spune lucruri care n-au mai fost spuse niciodată.

Oamenii cu scenariu bun ar putea fi interesați de analiza scenariilor doar la modul academic, cu excepția situației în care intenționează să devină terapeuți. Dar în cazul pacienților, pentru a-i însănătoși, e necesară extragerea directivelor într-o formă cât mai pură cu putință, iar elaborarea unei matrici corecte a scenariului este un instrument util în planificarea terapiei.

Calea cu cele mai mari șanse de reușită de a obține informațiile necesare pentru completarea matricii constă în a-i adresa pacientului următoarele patru întrebări: (a) Care era

sloganul sau preceptul preferat al părinților tăi? Răspunsul va oferi cheia antiscenariului. (b) Ce fel de viață au dus părinții tăi? La aceasta, pacientul va răspunde cel mai bine printr-o lungă asociere. Indiferent ce l-au învățat părinții să facă, va face acel lucru în mod repetat, iar modelul îi va conferi individului caracterul său social obișnuit: „E un mare băutor." „E o fată sexi." (c) Care este Interdicția Parentală în cazul tău? Asta e cea mai importantă întrebare pentru înțelegerea comportamentului pacientului și pentru planificarea intervenției decisive care-l va elibera și-i va permite să trăiască din plin. Din moment ce simptomele sale sunt un înlocuitor al acțiunii interzise, după cum a demonstrat Freud, eliberarea de interdicție va tinde totodată să-l vindece de simptome. E nevoie de experiență și subtilitate pentru a desprinde porunca parentală decisivă din „zgomotul de fond". Cele mai sigure indicii le oferă răspunsul la a patra întrebare: (d) Ce trebuia să faci pentru ca părinții tăi să zâmbească sau să chicotească? Răspunsul indică ispita, care reprezintă alternativa la comportamentul interzis.

Steiner consideră că în cazul alcoolicilor, interdicția este „Nu gândi!", iar băutul în exces constituie un program pentru a nu gândi.[102] Absența gândirii se vede foarte bine în platitudinile de pahar frecvent întâlnite la jucătorii de „Alcoolicul" și la simpatizanții lor, și chiar mai bine în cele pe care și le vând unii altora la terapia de grup „pentru alcoolici".[103] Ele spun că „alcoolicii" nu sunt oameni reali și n-ar trebui tratați ca niște oameni reali, ceea ce nu e adevărat. Heroina creează o dependență mai mare și mai sinistră decât alcoolul, iar Synanon a dovedit concludent că dependenții de heroină sunt oamen reali. În ambele cazuri, persoana reală iese la iveală

[102] Steiner, C.M. „The Treatment of Alcoholism". *Transactional Analysis Bulletin*, 6: 69-71, Iulie 1967. De asemenea, „The Alcoholic Game". *Quarterly Journal of Studies on Alcohol*, 30: 920-938, Decembrie 1969, cu comentarii a șase autorități eminente în subiectul alcoolismului. Recent a fost publicată cartea doctorului Steiner pe această temă, *Games Alcoholics Play* (Grove Press, 1971).

[103] Karpman, S. „Alcoholic 'Instant Group Therapy'". *Transactional Analysis Bulletin*, 4: 69-74, Octombrie 1965.

după ce dependentul reduce la tăcere vocile seducătoare din capul lui care-l îndeamnă să-și continue obiceiul, întărite la momentul oportun de cerințe fizice. Se pare că tranchilizantele și fenotiazinele își datorează eficiența în parte faptului că înăbușă vocile Parentale care-l fac pe Copil să fie mereu agitat sau îl nedumeresc cu veșnicele lor „Nu așa!" și „Ha-ha!"

Așadar, pe scurt, pentru a completa matricea goală din figura 14, astfel încât să arate ca acelea din figurile 6, 8 și 9, e nevoie de o Prescripție sau Inspirație (PI), un Model sau Program de Instruire (AI) și o Interdicție sau Poruncă Parentală (CI), împreună cu toate Provocările (CP) care pot fi obținute.

Cele mai puternice directive de scenariu sunt date în timpul dramei de familie (capitolul 3), care întărește în anumite privințe spusele anterioare ale părinților, iar în altele demonstrează că aceștia sunt niște impostori ipocriți. Aceste scene sunt cele care afirmă în modul cel mai pătrunzător ce vor părinții să-și învețe copilul cu privire la scenariul lui. Și trebuie ținut minte că vorbele rostite răspicat au efect la fel de profund și de persistent ca și așa-numitele „comunicări nonverbale".[104]

B. Parada familiei

Matricile de scenariu din capitolele 6 și 7 arată cum au fost transmise principalele elemente ale instrumentariului scenariului — preceptele Parentale, modelele Adulte și comenzile de scenariu ale Copilului — de la părinți la odrasla lor. Figura 7 arată mai detaliat felul în care i se transmite lui Jeder cel mai important element, porunca, de către unul dintre părinții săi, de obicei cel de sex opus. Toate astea constituie o bună pregătire pentru studierea figurii 15, care arată cum se poate transmite o poruncă de la o generație la alta. O astfel de serie se numește „parada familiei". În exemplul dat, aceeași poruncă leagă cinci generații.

[104] Berne, E. „Concerning the Nature of Communication". *Psychiatric Quarterly*, 27: 185-198, 1953.

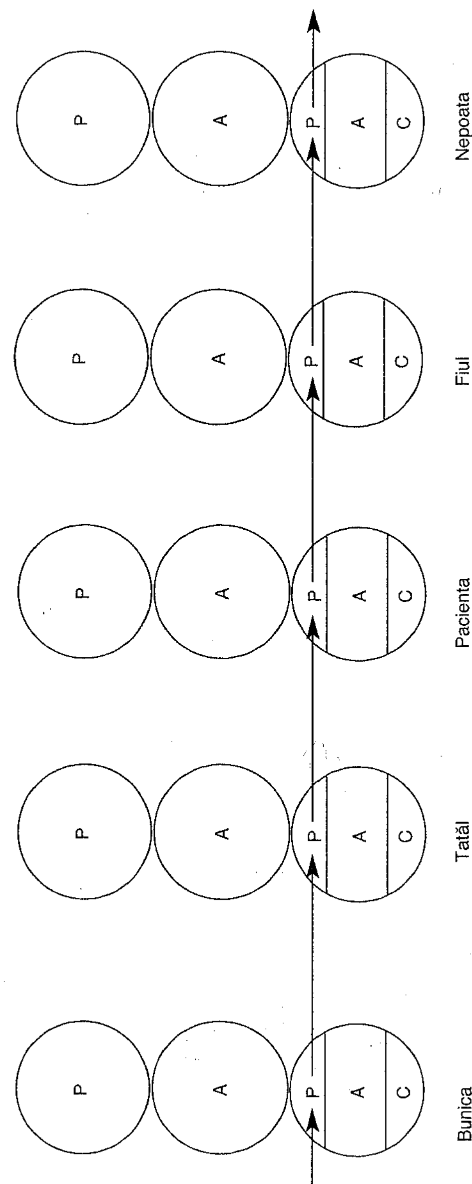


Figura 15
O paradă a familiei

Situația prezentată în figura 15 nu este deloc neobișnuită. Pacienta a auzit sau a văzut că bunica sa a fost o învinsă, știe foarte bine că tatăl ei a fost un învins, se află în terapie pentru că e o învinsă, fiul ei merge la clinică pentru că e un învins, iar nepoata ei dă deja semne la școală cum că va fi, și ea, o învinsă. Atât pacienta, cât și terapeutul știu că lanțul de cinci generații trebuie rupt undeva, căci altfel se poate perpetua pe termen nedefinit, la generațiile viitoare. Acest lucru e un bun stimulent pentru pacientă să se facă bine*, din moment ce, dacă reușește, își poate retrage porunca dată fiului ei, pe care probabil o întărește, fără voie, de fiecare dată când se întâlnesc. Astfel, lui i-ar fi mult mai ușor să se facă bine, lucru care ar avea un efect benefic asupra întregului viitor al nepoatei și, poate, asupra copiilor acesteia.

Un efect al căsătoriei ar trebui să fie diluarea poruncilor și provocărilor, din moment ce soțul și soția au, fiecare, trecutul propriu și le dau copiilor lor directive diferite. De fapt, rezultatele sunt la fel ca în cazul genelor. Dacă un învingător se căsătorește cu o învingătoare (după cum și tind acești oameni), copiii lor pot fi și mai mari învingători. Dacă un învins se căsătorește cu o învinsă (cum și tind acești oameni), copiii lor pot fi și mai mari învinși. Dacă mariajul este mixt, rezultatele vor fi mixte. Și în oricare dintre situații rămâne posibilitatea unui regres.

C. Transmiterea culturală

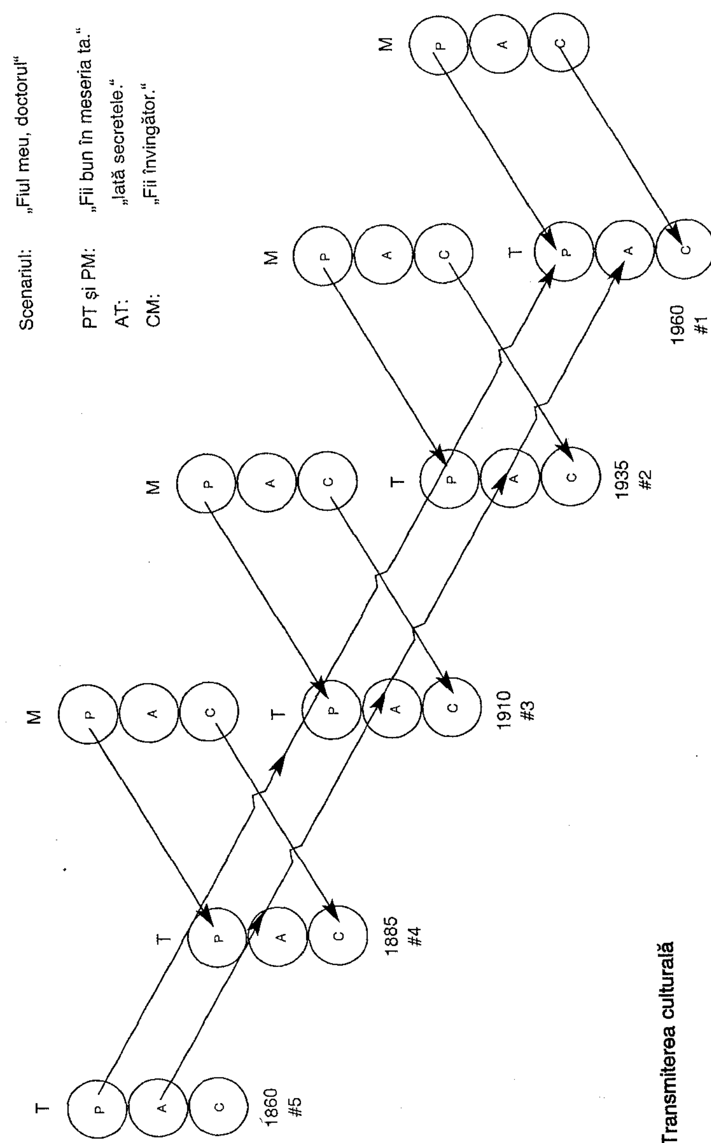
Figura 16 ilustrează transmiterea preceptelor, modelelor și comenzilor de-a lungul a cinci generații. În acest caz avem norocul de a dispune de informații privind un scenariu „bun", de învingător, nu de unul „rău", de învins. Acest plan de viață poate fi numit „Fiul meu, doctorul"; am ales drept exemplu vraciul ereditar al unui cătun din junglă din Mările Sudului. Explicația este după cum urmează:

Pornim de la un tată și o mamă. Tatăl, din generația a V-a, s-a născut pe la 1860 și s-a căsătorit cu fiica unei căpetenii. Fiul lor, din generația a IV-a, s-a născut pe la 1885 și s-a căsătorit tot cu fiica unei căpetenii. Fiul acestora, din generația a III-a, s-a născut în 1910 și a urmat același scenariu. Fiul lui, în generația a II-a, născut în 1935, a urmat un model puțin diferit. În loc să devină vraci ereditar, a urmat studii de medicină în Suava, Fiji, și a devenit ceea ce se numea pe atunci „asistent medical băștinaș". S-a căsătorit și el cu fiica unei căpetenii, iar fiul lor, din generația I, născut în 1960, plănuiește să calce pe urmele tatălui său, atâta doar că, în virtutea evenimentelor istorice, se va numi „asistent medical", sau chiar ar putea să meargă la Londra și să devină medic plin. Astfel, fiul din fiecare generație devine tatăl (T) generației următoare, iar soția sa devine mama (M).

Fiecare tată și mamă transmite același precept sau inspirație de la Părintele din ei la Părintele din fiul lor: „Fii un bun vraci." Adultul tatălui transmite Adultului fiului secretele meseriei sale, pe care mama, desigur, nu le cunoaște. Dar mama știe ce-și dorește să facă fiul ei; de fapt, încă de foarte mică știa că vrea ca fiul ei să devină ori căpetenie, ori vraci. Din moment ce, evident, el va deveni vraci, mama transmite de la Copilul ei la Copilul lui (de la hotărârea ei din copilăria mică la primii lui ani de viață) ispita benefică: „Fii învingător ca vraci."

În acest caz (figura 16), parada familiei este prezentată într-o formă mai completă. Se poate vedea că preceptele tatălui și programul de instruire al acestuia formează două linii paralele care coboară direct de la o generație la alta, din 1860 în 1960. Preceptele mamei și porunca acesteia („Să nu dai greș") sunt și ele paralele și vin din lateral în fiecare ge-

* Prin intermediul paradei familiei jocurile și scenariul unei paciente (a cărei stră-străbunică a trăit până la o vârstă foarte înaintată păstrându-și memoria intactă) au putut fi urmărite până în vremea războaielor napoleoniene și proiectate în viitor, prin intermediul nepoților ei, până în anul 2000.



Transmiterea culturală

Figura 16

nerație. Aceasta demonstrează limpede transmiterea „culturii" pe o perioadă de o sută de ani. Diagrame similare se pot trasa pentru orice element al „culturii" și pentru orice „rol" din societatea rurală.

Într-o paradă de familie a fiicelor, ale căror rol poate fi cel de „mamă a unui vraci de succes", diagrama ar arăta exact la fel, atâta doar că M-urile și T-urile ar face schimb de locuri. Într-un sat în care unchii sau soacrele au influențe importante asupra scenariului copiilor, diagrama ar putea fi mai complicată, dar în principiu ar arăta la fel.

Trebuie observat că în această paradă a învingătorilor, scenariul și antiscenariul coincid, ceea ce reprezintă cea mai bună cale de a obține un învingător. Dar dacă mama a III-a, spre exemplu, ar fi fost din întâmplare fiica unei căpetenii alcoolice, ea ar fi putut să-i transmită fiului ei o poruncă de scenariu negativă. Atunci ar fi apărut necazurile, din moment ce între antiscenariul și scenariul acestuia ar fi existat un conflict. În timp ce Părintele mamei i-ar fi spus fiului să fie un bun vraci, Copilul ei ar fi putut să arate fascinație și veselie în timp ce-i istorisea băiatului întâmplări legate de prostia bunicului și de performanțele lui cu băutura. Ulterior, băiatul ar putea să fie dat afară din școala medicală pentru beție și să-și petreacă restul vieții jucând „Alcoolicul", tatăl dezamăgit jucând „Persecutorul", iar mama nostalgică, „Salvatorul".*

D. Influența bunicilor

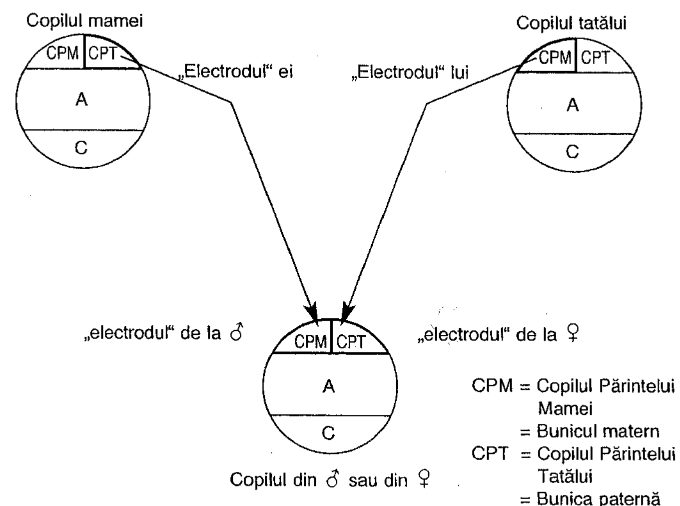
Cea mai complicată parte a analizei scenariului în practica clinică vizează identificarea influenței bunicilor. Ea este ilustrată în figura 17, care constituie o variantă mai detaliată a figurii 16. Se poate vedea că, la mamă, CP este împărțit în

* De fapt, parada de familie descrisă mai sus se bazează parțial pe materiale antropologice și istorice și parțial pe arborele genealogic al unor medici americani.

două părți, CPT și CPM. CPT reprezintă influența exercitată de tatăl ei când ea era foarte mică (Părintele Tată al Copilului ei), iar CPM reprezintă influența mamei (Părintele Mamă al Copilului ei). Această împărțire poate să pară complicată și nepractică la prima vedere, dar nu și pentru cel obișnuit să gândească în termeni de stări ale Eului. Pacienților, spre exemplu, nu le trebuie prea mult timp ca să învețe să facă deosebirea dintre CPT și CPM în ei înșiși. „Când eram mică, tatei îi plăcea să mă facă să plâng, iar mama mă îmbrăca sexi", spune prostituata frumușică și înlăcrimată. „Tatei îi plăcea să mă arăt isteață, iar mamei îi plăcea să mă îmbrace elegant", spune psiholoaga inteligentă și bine îmbrăcată. „Tata spunea că fetele nu-s bune de nimic, iar mama mă îmbrăca precum un băiețoi", spune rebela înspăimântată în hainele ei băiețești. Fiecare dintre aceste femei știa foarte bine când comportamentul îi era călăuzit de influențele timpurii din partea tatălui (CPT) sau din partea mamei (CPM). Când plângea, era isteață sau speriată, făcea acest lucru pentru tată, iar când arăta sexi, elegantă sau băiețoasă, urma instrucțiunile mamei.

Amintindu-ne că, în general, comenzile scenariului tind să provină de la părintele de sex opus, CPT al mamei este electrodul ei, iar CPM al tatălui este electrodul lui (iarăși figura 10). Astfel, comenzile de scenariu date lui Jeder de mamă vin de la tatăl acesteia, așa că se poate spune că „programarea scenariului lui Jeder vine de la bunicul său matern".[101] Comenzile date lui Zoe de tată vin de la mama acestuia, așa că programarea scenariului lui Zoe vine de la bunica sa paternă. Așadar, electrodul este mama (bunicul) din mintea lui Jeder, iar în cazul lui Zoe, tatăl (bunica) din mintea ei.[102] Aplicând aceasta la cele trei cazuri de mai sus, bunica prostituatei a avut mai multe căsătorii cu bărbați cruzi (și mai multe divorțuri), bunica psiholoagei era o scriitoare binecunoscută, iar bunica băiețoaicei, o militantă pentru drepturile femeii.

Acum se poate înțelege de ce, în parada de familie prezentată în figura 15, generațiile alternau din punctul de vedere al



Transmiterea de la bunici
Figura 17

sexului — bunică, tată, pacientă, fiu și nepoată. Pe de altă parte, figura 16 ilustrează cum poate fi adaptată această diagramă pentru a urmări direct, descendent, fie linia masculină, fie cea feminină. Tocmai din cauza acestui fel de versatilitate, diagrama matricii scenariului este un instrument atât de valoros. Are proprietăți pe care nici măcar creatorul ei nu le-a bănuit. Aici, ea oferă o metodă simplificată care contribuie la înțelegerea unor chestiuni complexe, cum ar fi istoria familiei, transmiterea elementelor culturale și influența psihologică a bunicilor.

E. Suprascenarizarea

Pentru transmiterea scenariului există două cerințe. Jeder trebuie să fie capabil, pregătit și dispus sau chiar dornic să-l accepte, iar părinții lui trebuie să vrea să i-l transmită.

În ce-l privește pe Jeder, este capabil, fiindcă sistemul lui nervos e construit cu scopul de a fi programat, de a primi stimuli senzoriali și sociali și de a-i organiza în modele care-i vor regla comportamentul. Pe măsură ce corpul și mintea lui se maturizează, Jeder devine tot mai pregătit pentru tipuri din ce în ce mai complexe de programare. E dispus să accepte transmiterea scenariului, fiindcă are nevoie de modalități de a-și structura timpul și de a-și organiza activitățile. De fapt, nu e doar dispus, ci de-a dreptul dornic, fiindcă Jeder e mai mult decât un computer pasiv. La fel ca majoritatea animalelor, tânjește după „finalizare" — nevoia de a termina ceea ce începe; iar dincolo de asta, are marea aspirație omenească spre scop.

Plecând de la mișcări aleatorii, Jeder ajunge în cele din urmă să știe ce să spună după „bună ziua". La început se mulțumește cu reacții instrumentale, care devin scopuri în sine: incorporare, eliminare, intruziune și locomoție, ca să folosim termenii lui Erikson. Aici găsim începuturile măiestriei Adultului, plăcerea pe care o găsește acesta în acțiune și în ducerea ei la bun sfârșit: transferul reușit al hranei din linguriță în gură, mersul independent pe podea. La început, scopul lui Jeder este mersul, apoi mersul *spre* ceva. Odată ce începe să meargă spre oameni, trebuie să știe ce să facă după ce ajunge la destinație. La început, oamenii îi zâmbesc și-l îmbrățișează, iar el nu trebuie decât să existe sau, cel mult, să se cuibărească în brațele lor. Ceilalți nu așteaptă din partea lui nimic mai mult decât să ajungă până la ei. Mai târziu încep să aștepte și altceva, așa că Jeder învață să spună „bună". După o vreme nu mai ajunge nici asta, iar oamenii așteaptă mai mult, așa că el învață să le ofere diferiți stimuli, ca să obțină în schimb reacțiile lor. Astfel, Jeder le este veșnic recunoscător părinților săi (chiar dacă poate să pară greu de crezut), pentru că-i oferă un model: cum să abordeze oamenii în așa fel încât să obțină reacțiile dorite. Asta e foamea de structură, foamea de model și, pe termen lung, foamea de scenariu. Așa că Jeder acceptă scenariul fiindcă tânjește după el.

În ce-i privește pe părinți, aceștia sunt capabili, dispuși și dornici ca urmare a ceea ce s-a clădit în ei de-a lungul mileniilor de evoluție: dorința de a-și îngriji, proteja și învăța progenitura, dorință ce poate fi înăbușită doar de cele mai puternice forțe interioare și exterioare. Dar dincolo de asta, dacă au fost la rândul lor „scenarizați" cum trebuie, nu sunt doar dispuși, ci chiar dornici, și găsesc o mare satisfacție în creșterea copilului.

Însă unii părinți sunt din cale-afară de dornici. Creșterea copilului, pentru ei, nu e nici sarcină anostă, nici bucurie, ci compulsie. Mai concret, nevoia lor de a transmite precepte, modele și comenzi depășește cu mult nevoia copilului de programare parentală. Această compulsie e o chestiune complexă, împărțită aproximativ în trei aspecte: (1) Dorința de nemurire; (2) Cerințele scenariului părinților, care pot să meargă de la „Nu face greșeli" până la „Fă viața copilului tău un coșmar". (3) Dorința părinților de a se descotorosi de comenzile propriului lor scenariu și de a le transmite altcuiva, așa încât ei să se elibereze. Sigur că această expulzare nu funcționează, așa că trebuie încercată în repetate rânduri, la nesfârșit.

Aceste asalturi continue asupra psihismului copilului sunt binecunoscute psihiatrilor pediatri și terapeuților care lucrează cu familii, ei dându-le diferite nume. Din punctul de vedere al analizei scenariului, ele reprezintă o formă de „suprascenarizare", iar directivele excesive care-i sunt impuse copilului și care-l „alimentează" mult mai mult decât cere foamea lui de scenariu pot fi numite episcenariul sau suprascenariul său. De obicei, reacția lui este de a le respinge într-o formă sau alta, dar poate să urmeze politica părinților lui și să încerce să le transfere asupra altcuiva. Din acest motiv, Fanita English[105] a numit episcenariul „Cartoful fierbinte", iar încercările permanente de a le trece de la unul la altul, „Jocul cartofului fierbinte".

După cum arată autoarea în lucrarea sa originală pe acest subiect, tot felul de oameni joacă acest joc, inclusiv unii terapeuți; ea dă exemplul lui Joe, care studia psihologia și a cărui

[105] English, F. „Episcript and the 'Hot Potato' Game". *Transactional Analysis Bulletin*, 8: 77-82, Octombrie 1969.

răsplată a scenariului, din partea mamei, era: „Să sfârșești la balamuc." Astfel, el avea obiceiul de a alege, pentru tentativele sale terapeutice nepricepute, oameni care erau buni candidați pentru spitalul de psihiatrie, și reușea să-i ajute să ajungă acolo. Din fericire, supervizorul său i-a observat zâmbetul „de scenariu" care-i apărea pe față ori de câte ori unul dintre pacienții lui se apropia de o cădere nervoasă și a pus capăt întregii povești, convingându-l să renunțe la psihologie, să-și construiască o carieră în afaceri și să caute să se trateze el însuși. Răsplata scenariului, în cazul lui, era un episcenariu sau „cartof fierbinte" preluat de la mamă, care-și petrecuse viața încercând „să nu ajungă la balamuc", după cum spunea ea adesea. Mama primise de la unul dintre părinți directiva de a ajunge la balamuc și a încercat să scape de ea transferându-i-o lui Joe, care, la rândul lui, a încercat s-o transfere pacienților săi.

Astfel, părinții transmit scenariul în contextul rolului lor normal de părinte — acela de a-și îngriji, proteja și încuraja copiii arătându-le, pe cât de bine le stă în putință, cum să trăiască. Suprascenarizarea poate apărea din diferite motive. Cel mai patologic este încercarea de a scăpa de un episcenariu transmițându-l unuia dintre copii. Episcenariul, mai ales dacă este unul „hamartic", tragic, devine cartoful fierbinte pe care nimeni nu vrea să-l păstreze. După cum arată English, Profesorul, adică Adultul din Copil, este cel care spune: „Cine are nevoie de așa ceva?" și decide că se poate descotorosi de el, ca de un blestem într-un basm, transferându-l altcuiva.

F. Combinarea directivelor scenariului

Cu trecerea anilor și pe măsură ce scenariul este adaptat pe baza experienței, comenzile, modelele și prescripțiile parentale se combină în asemenea măsură, încât devin greu de diferențiat unele de altele în comportamentul persoanei și de determinat care este „calea comună finală". Individul

adoptă un program sau o rutină care le sintetizează pe toate. Principalele răsplăți ale scenariului apar sub forma „etalării finale". Dacă răsplata e negativă, elementele scenariului pot fi cât se poate de evidente pentru observatorul experimentat — cum se întâmplă în caz de psihoză, delirium tremens, accidente auto, sinucidere sau crimă. În cazul răsplăților pozitive, directivele scenariului sunt mai greu de delimitat, în parte fiindcă, în astfel de cazuri, există de obicei permisiuni largi acordate de părinți, iar acestea pot să mascheze directivele.

Să luăm drept exemplu următoarea poveste de dragoste din viața reală, preluată dintr-o știre prezentată în ziarul local al unui oraș mic:

Istoria romantică se repetă în familia X

> Cu cincizeci de ani în urmă, un soldat australian a mers în Anglia, ca să lupte în primul război mondial. Se numea John X, iar în Anglia a cunoscut-o pe Jane Y, cu care s-a căsătorit. După terminarea războiului, s-au stabilit în America. Douăzeci și cinci de ani mai târziu, cei trei copii ai lor își petreceau vacanța în Anglia. Tom X, fiul, s-a căsătorit cu Mary Z, din Great Snoring, Norfolk, iar cele două surori ale sale s-au căsătorit cu doi englezi. În această toamnă, Jane, fiica lui Tom și Mary X, care și-a petrecut vacanța în Great Snoring împreună cu mătușa ei, și-a anunțat logodna cu Harry J, și el din Great Snoring. Jane a absolvit liceul în orașul nostru. Cuplul intenționează ca, după căsătorie, să se mute în Australia.

E un exercițiu interesant să încercăm să extragem preceptele, modelele, comenzile și permisiunile probabile pe care John X și soția sa, Jane, le-au transmis prin Tom și Mary nepoatei lor, Jane.

Trebuie remarcat că programarea scenariului este un proces firesc, spontan, precum creșterea buruienilor și a florilor, și are loc fără a se lua în considerare chestiuni morale sau consecințe. Uneori, scenariul și antiscenariul se alimentează

reciproc, cu cele mai drastice rezultate. Directivele Parentale îi pot oferi Copilului libertatea de a face un rău uriaș altor oameni. Din punct de vedere istoric, astfel de combinații nefericite au dat naștere conducătorilor din războaie, cruciade și masacre, iar la nivel individual, asasinatelor politice. În astfel de cazuri, Părintele mamei spune: „Fii bun!" și „Fii celebru!", în timp ce Copilul ei dă directiva: „Omoară-i pe toți!" Apoi Adultul tatălui îi arată băiatului cum se omoară oamenii, învățându-l să folosească arme de foc, în țările civilizate, și cuțitul, în țările necivilizate.

Majoritatea oamenilor își petrec viața înváluiți confortabil în matricea scenariului lor. E patul pe care li l-au așternut părinții și la care au mai adăugat ei înșiși câteva decorațiuni. Poate să fie infestat cu insecte, poate salteaua are cocoloașe, dar e patul lor și s-au obișnuit cu el încă din fragedă pruncie, așa că puțini sunt dispuși să-l schimbe cu altul, mai bine construit și mai potrivit circumstanțelor lor de viață. În definitiv, „matrix" este termenul latinesc pentru pântecele mamei, iar scenariul reprezintă aproximarea cea mai apropiată și mai confortabilă a acestui loc, odată ce uterul propriu-zis a fost părăsit pentru totdeauna. Dar pentru cei care hotărăsc totuși să se aventureze pe cont propriu și să spună: „Mamă, prefer să fac cum știu eu", există mai multe posibilități. Dacă sunt norocoși, se poate ca mama însăși să fi inclus în matrice o eliberare sau un antidot al vrăjii rezonabil, caz în care individul reușește singur să se desprindă. O altă cale presupune ajutorul din partea prietenilor, al apropiaților și al vieții însăși, dar asta se întâmplă rar. A treia cale este cea a analizei de scenariu competente, prin care individul primește permisiunea să-și regizeze singur spectacolul.

G. Rezumat

Matricea scenariului este o diagramă menită să ilustreze și să analizeze directivele transmise de la părinți și bunici la

generația actuală. Pe termen lung, acestea vor determina planul de viață al persoanei și răsplata ei finală. După cum indică informațiile actuale, cele mai hotărâtoare comenzi vin din partea stării de Copil a Eului părintelui de sex opus. Starea de Adult a Eului părintelui de același sex îi oferă persoanei modelul care-i stabilește interesele și cursul existenței în timp ce-și îndeplinește planul de viață. Între timp, ambii părinți, prin starea de Părinte a Eului, îi oferă prescripțiile, inspirațiile sau sloganurile care-i formează contrascenariul; acesta umple pauzele din desfășurarea scenariului. Dacă individul ia măsurile adecvate, contrascenariul poate să preia conducerea și să anuleze scenariul. Tabelul de mai jos (elaborat pe baza rezultatelor lui Steiner[102]) ilustrează elementele din cazul unui bărbat cu scenariul „Alcoolic". În prima coloană se află starea activă a Eului la fiecare dintre părinți. Literele din paranteză indică starea receptivă a Eului protagonistului, iar următoarea coloană arată tipul directivelor. Ultimele două coloane nu au nevoie de explicație.

Copilul Mamei (C)	Porunci și provocări	Scenariu	„Nu gândi, bea!"
Adultul Tatălui (A)	Program (Model)	Cursul vieții	„Bea și muncește."
Ambii Părinți (P)	Prescripție (Slogan)	Contrascenariu	„Muncește pe brânci."

Chiar dacă originea directivelor scenariului (dar probabil nu și punctul lor de inserție) variază de la caz la caz, matricea scenariului rămâne oricum una dintre cele mai utile și mai relevante diagrame din istoria științei, întrucât comprimă întregul plan al unei vieți omenești și destinul ei final într-o reprezentare grafică simplă, ușor de înțeles și ușor de verificat, care indică totodată cum poate fi schimbată.

H. Responsabilitatea părinților

Sloganul dinamic al analizei tranzacționale și al analizei de scenariu este: „Nu uita de sfincter!" Principiul lor clinic constă în a observa toate mișcările tuturor mușchilor fiecărui pacient în fiecare clipă pe parcursul unei ședințe de grup. Iar motto-ul lor existențial este: „Practicanții analizei tranzacționale sunt sănătoși, fericiți, bogați și curajoși și au ocazia de a călători pretutindeni și de a întâlni cei mai simpatici oameni din lume, la fel ca și atunci când se află acasă și-și practică meseria, tratându-și pacienții."

În acest context, curajul constă în a ataca întreaga problemă a destinului omenesc și a-i găsi soluția prin folosirea sloganului dinamic și a principiului clinic. Prin urmare, analiza scenariului este soluția la problemele destinului omenesc; ea ne spune (vai!) că soarta ne e stabilită dinainte în mare măsură și că liberul arbitru, în această privință, e pentru majoritatea oamenilor o iluzie. R. Allendy[106], de exemplu, arată că pentru fiecare individ care se confruntă cu hotărârea de a se sinucide, această hotărâre e un demers solitar, chinuitor și aparent autonom. Însă indiferent de vicisitudinile din fiecare caz individual, „rata" sinuciderilor rămâne relativ constantă de la an la an. Singura cale de a înțelege (darwinist) acest lucru este de a considera că destinul omenesc este rezultatul programării parentale, și nu al hotărârilor individuale „autonome".

Și atunci, în ce constă responsabilitatea părinților? Programarea scenariului nu e „vina" lor, după cum nici un defect ereditar ca diabetul sau platfusul ori un talent ereditar, pentru muzică sau matematică, nu sunt din „vina" lor. Părinții nu fac decât să transmită mai departe elementele dominante și recesive pe care le-au preluat de la părinții și bunicii lor. Directivele scenariului, la fel ca genele, sunt amestecate permanent, precum cărțile de joc, ca urmare a faptului că e nevoie de doi părinți pentru a se naște un copil.

106 Allendy, R. *Le problème de la destinée, étude sur la fatalité intérieure*. Librairie Gallimard, Paris, 1927. Pe de altă parte, L. du Nouy (*Human Destiny*. Signet Booky, New York, 1949) pune un accent mai mare asupra forțelor externe, văzute din perspectiva unui om de știință religios.

Pe de altă parte, instrumentarul scenariului este mult mai flexibil decât cel genetic și suportă permanent modificări ca urmare a influențelor exterioare, cum ar fi experiența de viață și poruncile date de alți oameni. Doar rareori e posibil să se anticipeze când sau cum spusele ori faptele unei persoane din afară vor modifica scenariul individului. Poate fi vorba de o banală remarcă întâmplătoare, auzită fără voie, la un carnaval sau pe un coridor, sau de rezultatul unei relații formale, cum ar fi căsnicia, educația școlară ori psihoterapia. Se observă adesea că soții își influențează treptat, reciproc, atitudinea față de viață și oameni, iar aceste schimbări se reflectă în tonusul musculaturii lor faciale și în gesturile lor, așa că în cele din urmă cei doi ajung să semene unul cu altul.

Părintele care vrea să-și modifice scenariul, astfel încât să nu le impună copiilor săi aceleași directive care i-au fost impuse lui, trebuie mai întâi de toate să se familiarizeze cu starea de Părinte a Eului și cu vocile Parentale pe care le poartă în minte și pe care copiii învață să le „investească" prin comportamentele declanșatoare adecvate. Din moment ce părintele este mai vârstnic și, teoretic, mai înțelept în anumite privințe decât copiii săi, el are datoria și responsabilitatea de a-și controla comportamentul Parental. Va reuși să facă acest lucru doar dacă-și pune Părintele sub controlul Adultului. Dincolo de asta, este și el produsul educației Parentale în aceeași măsură ca și copiii săi.

O dificultate constă în aceea că un copil reprezintă copia părintelui și nemurirea. Orice părinte e încântat, pe față sau în taină, când copiii săi reacționează la fel ca el, chiar și atunci când aceștia îi imită cele mai rele trăsături. Tocmai la această încântare trebuie să renunțe, sub controlul Adultului, dacă vrea să-și vadă copiii adaptându-se la sistemul solar și la toate ramificațiile acestuia mai bine decât a reușit el însuși.

Iar acum suntem pregătiți să vedem ce se întâmplă când Jeder, care-i reprezintă pe toți oamenii laolaltă și pe oricare dintre ei separat, vrea să schimbe planul, benzile audio din mintea lui și programul dictat de ele, și devine un tip aparte de om — Pat, pacientul.

Partea a IV-a

SCENARIUL ÎN PRACTICA CLINICĂ

Capitolul 16
ETAPELE PRELIMINARE

A. Introducere

Din moment ce influenţa scenariului de viaţă începe să se exercite încă înainte de naştere, iar „etalarea finală" sau răsplata supremă survine la moarte sau mai târziu, clinicianul are rareori ocazia de a urmări un scenariu de la început până la sfârşit. Avocaţii, bancherii, medicii de familie şi clericii, mai ales aceia care-şi desfăşoară activitatea în oraşe mici, au cele mai mari şanse de a cunoaşte toate secretele vieţii unui om pe o perioadă atât de lungă. Dar cum analiza psihiatrică a scenariului a luat fiinţă doar cu câţiva ani în urmă, nu există, de fapt, nici un singur exemplu de observare clinică integrală a unui curs al vieţii sau scenariu. În prezent, cea mai bună cale de a obţine o imagine cuprinzătoare în timp este cu ajutorul lucrărilor biografice, dar de obicei acestea au lipsuri în multe privinţe importante; cu ajutorul biografiilor ştinţiifice sau romanţate se poate răspunde la puţine din întrebările amintite în capitolele anterioare. Primul demers apropiat într-o anumită măsură de analiza scenariului a fost cartea lui Freud despre Leonardo da Vinci.[107] Următoarea piatră de hotar este biografia lui Freud însuşi scrisă de Ernest Jones[108], acesta având avantajul de a-şi cunoaşte personal subiectul. Erikson a studiat planul de viaţă şi cursul vieţii a doi lideri de

[107] Freud, S. *Leonardo da Vinci: A Study in Psychosexuality.* Vintage Books, New York, 1955.

[108] Jones, E. *The Life and Work of Sigmund Freud.* Basic Books, New York, 1953-1957.

succes, Martin Luther și Mahatma Gandhi.[109] Biografia lui Henry James la care Leon Edel continuă să lucreze[110] și studiul lui Zeligs asupra relației dintre Hiss și Chamberlain[111] dezvăluie de asemenea numeroase elemente ale scenariului. Dar în toate aceste cazuri, se pot face doar presupuneri cu privire la directivele timpurii.

Abordarea cea mai apropiată de un studiu științific al scenariului se găsește în lucrările lui McClelland.[112] El a studiat relația dintre poveștile ascultate și citite de copii și motivele lor de a trăi. Mulți ani mai târziu, opera sa a fost continuată de Rudin.[113]

Rudin a studiat cauza morții în rândul celor motivați de astfel de povești. „Oamenii cu rezultate" trebuie să fie „buni", așa că tind să-și controleze atent simțămintele și, adesea, suferă de ulcer sau de hipertensiune. Rudin a comparat acest grup cu grupul celor care-și doresc „putere" și se exprimă liber prin acțiune, pentru a o obține; la ei se înregistrează o rată ridicată a decesului cu cauze pe care le vom numi „conforme cu scenariul": sinucidere, omucidere și ciroză hepatică provocată de excesul de băutură. Scenariile „oamenilor cu rezultate" se bazau pe povești despre izbânzi, pe când cele ale oamenilor „dornici de putere" aveau la bază povești despre acțiuni riscante, iar Rudin ne spune ce fel de moarte își pregătea fiecare. Studiul a fost efectuat pe o durată de douăzeci și cinci de ani și se integrează foarte bine în contextul analizei scenariului, așa cum am prezentat-o aici.

---

109 Erikson, E. *Young Man Luther*. W.W. Norton & Company, New York, 1958. *Gandhi's Truth*. W.W. Norton & Company, New York, 1969.

110 Edel, L. e.g., *Henry James: The Untried Years*. J.B. Lippincott Company, Philadelphia, 1953.

111 Zeligs, M. *Friendship and Fratricide*. The Viking Press, New York, 1967.

112 McClelland, D.C. *The Achieving Society*. D. Van Nostrand Company, Princeton, 1961.

113 Rudin, A.A. „National Motives Predict Psychogenic Death Rate 25 Years Later". *Science*1960: 901-903, 24 mai 1968.

Chiar și cu astfel de studii, analiza scenariului nu poate atinge precizia psihologiei șoarecilor sau a bacteriologiei. În practică, analistul de scenarii trebuie să citească biografii, să urmărească reușitele prietenilor și eșecurile dușmanilor, să vadă cât mai mulți pacienți cu diferite tipuri de programare timpurie și să facă proiecții în trecutul și viitorul oamenilor pe care-i cunosc din perspectivă clinică de suficient de mult timp. Clinicianul care practică de douăzeci-treizeci de ani, de exemplu, și păstrează legătura cu foștii pacienți fie prin vizite periodice, fie prin felicitări de Crăciun, ajunge să se simtă tot mai sigur pe analizele sale de scenariu. Cu o asemenea experiență, știe mai bine ce să facă cu pacienții pe care-i tratează în prezent și cum să obțină cantitatea maximă de informație, cât mai rapid cu putință, de la pacienții noi. Cu cât scenariul poate fi înțeles mai repede și mai corect în fiecare caz, cu atât terapeutul poate să aplice mai rapid și mai eficient antiteza lui, evitând astfel irosirea de timp, energie, vieți și noi generații.

În practica psihiatrică, la fel ca în toate ramurile medicinii, există o anumită rată a mortalității și o anumită rată a dizabilităților, iar primul scop al terapeutului trebuie să fie reducerea acestora, indiferent ce altceva mai realizează în plus. Sinuciderea peste noapte cu medicamente și sinuciderea lentă cu alcool sau prin hipertensiune trebuie evitate. Terapeutul trebuie să aibă sloganul: „Întâi să te simți mai bine, și pe urmă analizăm"; altfel, unii dintre cei mai „interesanți" și „intuitivi" dintre pacienții săi vor ajunge cei mai inteligenți oameni din morgă, din ospiciu sau din penitenciar. Prin urmare, prima problemă este: care sunt „semnele de scenariu" ce apar pe parcursul terapiei? Terapeutul trebuie să știe ce să caute, unde să găsească, ce să facă după ce găsește și cum să-și dea seama dacă acționează eficient; cu asta ne vom ocupa în capitolul următor. A doua problemă constă în a-și verifica observațiile și impresiile și a le pune într-o oarecare ordine sistematică, astfel încât să le poată prezenta altora. În acest scop, îi poate fi de folos „Inventarul operațional al scenariului", prezentat începând cu pagina 472.

Mulți pacienți recurg la analiza tranzacțională după ce au parcurs alte tipuri de terapie. În caz contrar, traversează, împreună cu analistul tranzacțional, etapele pe care le-ar parcurge altfel în terapia „preliminară". De aceea, este convenabil ca, în analiza clinică a scenariului, să luăm în considerare două faze: cea preliminară și cea a analizei scenariului. Astfel de faze au loc indiferent ce formă de terapie se folosește, ele nefiind caracteristice analizei scenariului. Analistul de scenarii poate vedea unde au eșuat ceilalți terapeuți, dar nu și unde au înregistrat succese, și invers, alți terapeuți văd eșecurile analizei scenariului, dar de obicei nu-i văd și reușitele.

În secțiunea anterioară ne-am referit la dezvoltarea ființelor umane în general, încercând să scoatem în evidență elementele universal valabile, iar subiectul se numea Jeder. Îl vom numi astfel și în continuare, cu excepția momentelor când se află în cabinet sau internat la psihiatrie și când îi vom spune Pat, iar terapeutului său, doctorul Q.

B. Alegerea terapeutului

Aproape oricărui terapeut îi place să creadă că pacientul l-a ales pe el și specialitatea sa pentru că măcar în această opțiune și-a folosit rațiunea, inteligența și capacitatea de discriminare, indiferent cât de confuz ar fi în toate celelalte privințe. Sentimentul de a fi ales pe merit — meritul specialității și cel personal deopotrivă — e sănătos și constituie una dintre recompensele ocupației noastre. Așadar, orice terapeut are dreptul să se scalde în acest simțământ și să-l savureze la maximum — vreme de cinci-șapte minute. După aceea ar trebui să-l pună pe raft, alături de diplome și de celelalte trofee, și să uite de el pentru totdeauna, dacă vrea să-și facă bine pacientul.

Doctorul Q poate fi un terapeut foarte bun și poate avea diplomele și pacienții care să confirme acest lucru. Ar putea crede că ăsta e motivul pentru care pacientul vine la el — sau ar putea chiar pacientul să-i spună acest lucru. Însă ar trebui să-l aducă la realitate gândul la toți acei pacienți care *nu* îl aleg. Potrivit statisticilor existente, 42% din oamenii cu probleme se adresează mai întâi unul cleric, nu unui psihiatru, și aproape toți ceilalți se adresează medicului de familie.[114] Și din cinci pacienți care au nevoie de îngrijire psihiatrică, doar unul o și primește, într-un spital, într-o clinică sau într-un cabinet particular.[115] Cu alte cuvinte, patru din cinci oameni cu probleme *nu* aleg tratamentul psihiatric, deși le stă la dispoziție în aproape toate cazurile, dacă nu în altă parte, măcar la un spital de stat. În plus, un procent foarte mare de pacienți care au de ales, aleg în mod deliberat nu cel mai bun terapeut, ci pe următorul, și un procentaj destul de ridicat îl aleg pe cel mai *prost*. Același lucru se întâmplă în alte ramuri ale medicinii. De asemenea, se știe bine că foarte mulți oameni cheltuie mai mulți bani distrugându-se cu băutură, droguri și jocuri de noroc, decât ar cheltui cu psihoterapia care ar putea să-i salveze.

Dacă e liber să aleagă, pacientul va alege terapeutul în funcție de necesitățile scenariului său. În anumite locuri, n-are de ales, trebuie să meargă la vraciul, șamanul sau angakok-ul local.[116] În alte locuri are de ales între un practicant al medicinii tradiționale și unul al medicinii moderne[117], și va alege magia tradiției sau cea a științei, în funcție de obiceiurile locale[118] și de presiunile politice. În China și India,

---

[114] Gurin, G., Veroff, S. & Feld, S. *Americans View Their Mental Health*. Basic Books, New York, 1960.

[115] Gorman, M. în *Mental Health Statistics*, Institutul Național de Sănătate Mintală, Washington, D.C., Ianuarie 1968.

[116] Carpenter, E. *The Intermediate Sex*. George Allen & Unwin Ltd., Londra, 1908.

[117] Penfield, W. „Oriental Renaissance in Education and Medicine". *Science*, 141: 1153-1161, 30 septembrie 1963.

[118] O confruntare interesantă în această privință poate fi găsită în *Black Hamlet*, de Wulf Sachs (Geoffrey Bles, Londra, 1937), unde un psihoterapeut modern are ca pacient un vraci african.

abordarea tradițională și cea modernă sunt combinate adesea, cum e cazul spitalului psihiatric din Madras[119], unde medicina ayurvedică și exercițiile yoga se folosesc în combinație cu tratamentul modern pentru psihoze. În multe cazuri, pacientul alege forțat de considerente financiare.

În America, puțini pacienți își pot alege liber terapeutul; majoritatea sunt recomandați sau trimiși, de diferite „autorități", la un tip sau altul de terapeut: psihiatri, psihologi, asistenți sociali de psihiatrie, asistenți medicali de psihiatrie, consilieri și chiar sociologi. Pacientul aflat într-o clinică, în grija unei agenții sociale, într-un spital de psihiatrie sau unul guvernamental poate fi dat în grija unui practicant al oricăreia dintre aceste profesii. Școlarul este trimis la consilierul școlii, iar persoana eliberată condiționat, la un agent de eliberare condiționată care se poate să n-aibă câtuși de puțină pregătire terapeutică. În multe cazuri, dacă pacientul nu are cunoștințe sau fantezii anterioare cu privire la psihoterapie și-i place de primul său terapeut, va prefera profesia acelui terapeut și în viitor.

Abia în practica privată, unde există cu adevărat alegerea liberă, încep să apară opțiunile „conforme cu scenariul", mai cu seamă cea între psihiatru, psihanalist, psiholog și asistent social de psihiatrie, precum și între membrii competenți și incompetenți ai acestei profesii. Adepții bisericii scientiste, de pildă, dacă ajung să se adreseze unui terapeut medic, aleg adesea unul mai puțin competent, din moment ce scenariul lor le interzice să fie vindecați de un practicant al medicinii. Aceste profesii au, de asemenea, subdiviziuni și școli între care se poate alege. În rândul psihiatrilor, de pildă, există „adepții electroșocurilor", „adepții pastilelor", „scormonitorii de creiere" și hipnotizatorii, iar dacă pacientul alege singur una din aceste variante, cum se întâmplă adesea, o va alege pe cea care se potrivește cu scenariul său. Dacă medicul de familie îi face o trimitere, e foarte posibil ca medicul să aleagă

119 Berne, E. „Some Oriental Mental Hospitals". *American Journal of Psychiatry*, 106: 376-383, 1949.

terapeutul potrivit cu scenariul propriu. Acest lucru se vede cel mai clar când pacientul caută sau este trimis la un hipnoterapeut. Dacă merge la un psihiatru ca să ceară hipnoză și acel psihiatru nu folosește hipnoza, urmează o conversație foarte „conformă cu scenariul", pacientul insistând că trebuie „adormit" ca să se poată face bine. Unii oameni aleg automat (adică în virtutea directivelor scenariului) să meargă la Clinica Mayo, iar alții, la Clinica Menninger. La fel, în alegerea unui psihanalist, unii îl preferă, din motive de scenariu, pe cel mai ortodox posibil, alții preferă mai multă flexibilitate, iar alții merg la „analiști" aparținând unor școli dizidente. Uneori, vârsta sau sexul terapeutului are importanță din motive ce țin de scenariu, cum ar fi nevoia de a seduce sau teama de seducție. Rebelii merg deseori la terapeuți rebeli. Oamenii cu scenarii de eșec aleg cei mai proști terapeuți posibili, de pildă chiropracticieni sau șarlatani pur și simplu.[120] H.L. Menken observa odată că singurele rămășițe ale selecției naturale darwiniene în America, unde există „îngrijire pentru toți", sunt chiropracticienii, întrucât cu cât li se permite să practice pe scară mai largă, cu atât membrii mai slabi ai speciei umane vor fi eliminați mai rapid, prin tratamentul aplicat de ei.

Există indicii clare cum că directivele scenariului pacientului stabilesc trei aspecte: (1) dacă va căuta vreun fel de ajutor sau va lăsa pur și simplu lucrurile să curgă de la sine; (2) alegerea terapeutului, dacă există mai multe alternative; (3) dacă terapia e menită să aibă sau nu succes. Astfel, o persoană cu scenariu de învins fie nu va merge la terapeut, fie va alege unul incompetent. În acest din urmă caz, după ce terapia eșuează, individul nu numai că rămâne un învins, după cum cere scenariul său, ci mai are și diferite alte satisfacții de pe urma întâmplării sale nefericite; spre exemplu, poate să dea vina pe terapeut sau să dobândească mulțumirea heros-

120 Steiner, L. *Where Do People Take Their Troubles?* Houghton, Mifflin & Company, Boston, 1945.

tratică[121] de a fi fost cel mai „prost" pacient, sau să se laude că a făcut zece ani de terapie cu doctorul X, care l-au costat suma de Y dolari, fără nici un rezultat.

C. Terapeutul ca magician

Pentru Copilul pacientului, terapeutul e un fel de magician. E foarte probabil ca individul să aleagă acelaşi tip de personaj magic pe care-l cunoştea în copilărie. În anumite familii, personajul respectat e medicul de familie, un practicant al medicinii; în altele, este un cleric. Unii medici şi clerici sunt personaje sobre, desprinse dintr-o tragedie, ca Tiresias; ei dau veştile proaste şi, poate, oferă o formulă magică, o amuletă sau o licoare salvatoare. Alţii sunt uriaşi veseli, care apără copiii de rele alinându-i, liniştindu-i şi încordându-şi muşchii uriaşi. De obicei, după ce creşte, Jeder va căuta ajutor la o persoană asemănătoare. Însă dacă a avut experienţe nefericite, poate să se răzvrătească şi să găsească alt tip de vrajă. Un mister este faptul că anumiţi oameni aleg psihologi să joace acest rol în scenariul lor, din moment ce relativ puţini au avut parte în copilăria mică de un psiholog prietenos din cartier care să fie magicianul familiei. Din punctul de vedere al basmului, terapeutul este piticul, vrăjitoarea, peştele, vulpea sau pasărea care-i oferă lui Jeder mijlocul

[121] Şmecheria în ce-l priveşte pe Herostratus sau Eratostratus constă în a întreba: „Ai auzit de el?" Eu nu auzisem, dar m-a lămurit doctorul Paul Federn. Herostratus a ars din temelii Templul Dianei din Efes (acum o ruină în apropiere de Kuşadasi, Turcia) în aceeaşi noapte în care s-a născut Alexandru cel Mare, când Diana era prea ocupată cu oficierea prilejuită de naştere ca să aibă grijă cum trebuie de altarul ei. El a făptuit acest lucru numai şi numai ca să devină faimos. Ca pedeapsă pe măsura delictului, s-a poruncit ca numele lui să fie şters din absolut toate documentele. Însă chiar şi aşa, Plutarh a prins cumva de veste, şi astfel, numele Herostratus a devenit simbolul notorietăţii oribile.

magic cu ajutorul căruia să-şi atingă scopul — cizmele de şapte poşte, mantia invizibilă, cufărul fermecat din care iese la comandă aur sau o masă încărcată cu bunătăţi — sau vreun *apotropaion* care să ţină demonii la distanţă.

Aproximativ vorbind, când se hotărăşte asupra unui terapeut, pacientul poate să aleagă între trei tipuri de magie, fiecare dintre ele putând fi folosită pentru reuşită sau pentru eşec. De asemenea, le poate folosi una împotriva celeilalte, dacă asta îi cere scenariul. Ele sunt cunoscute drept „ştiinţă", „supă de pui" şi „religie". Orice profesie le poate oferi pe toate trei, dar de obicei un anumit tip de psiholog oferă „ştiinţă modernă", un anumit tip de asistent social de psihiatrie oferă „supă de pui", şi un anumit tip de cleric-sfătuitor oferă „religie". Terapeutul bine format în oricare din profesiile menţionate este pregătit să ofere oricare dintre acestea, în funcţie de cerinţele situaţiei, iar unii oferă două, combinate. Ştiinţa şi religia, supa de pui şi ştiinţa, religia şi supa de pui sunt combinaţii frecvent întâlnite în cazul pacienţilor care vor mai mult decât un singur tip de magie. Diferenţa practică dintre „ştiinţă", „supă de pui" şi „religie", pe de o parte, şi o abordare terapeutică ştiinţifică, suportivă sau religioasă, pe de altă parte, constă în a şti când să te opreşti. Terapeuţii care le folosesc pe primele trei nu ştiu când să se oprească, din moment ce soiul de magie al fiecăruia face parte din scenariul său, pe când cei care le folosesc pe ultimele trei ştiu când să se oprească, fiindcă ştiu ce fac. Membrii primului grup joacă „Încerc doar să te ajut", pe când cei din al doilea grup ajută oamenii.

D. Pregătirea

În demersurile sale preliminare pe terenul terapiei, pacientul devine „deprins cu canapeaua", adică învaţă să-şi joace

propriile jocuri stând lungit, la propriu sau la figurat[122], și, de asemenea, să joace jocurile terapeutului suficient de bine pentru ca acesta să fie mulțumit. Asta se vede cel mai bine la pacienții internați în secțiile de psihiatrie; pacientul învață regulile bolii psihice suficient de bine încât să poată alege, după plac, între (1) a rămâne pe termen nelimitat (sau cât timp permite situația financiară a familiei), (2) a fi transferat într-un mediu mai puțin solicitant, cum ar fi un sanatoriu, și (3) a merge acasă când e pregătit. De asemenea, învață cum să se poarte pentru a fi reinternat.

După mai multe șederi în spital, astfel de pacienți ajung specialiști în a-i „instrui" pe terapeuții mai tineri și pe rezidenți. Ei se pricep să alimenteze hobby-urile doctorului, cum ar fi interpretarea viselor, și să-și satisfacă propriile hobby-uri, cum ar fi „a produce material interesant". Toate acestea confirmă premisa de bază că pacienții sunt tipi de treabă. Există însă câteva excepții. Unii refuză să joace jocurile specifice secției sau pe cele ale medicului, susținând ferm că nu se fac vinovați de vreo boală psihică. Alții refuză cu încăpățânare sau bosumflați să se facă bine, deși recunosc că e ceva în neregulă sau chiar se plâng de asta. Unii dintre ei pot fi împăcați dacă li se permite să se odihnească o săptămână-două înainte de a li se cere să se facă bine. Există un număr mic de nefericiți care ar vrea să fie tipi de treabă, dar sunt neajutorați, aflându-se sub stăpânirea unor afecțiuni organice cum ar fi boala lui Pick sau a unor afecțiuni cvasiorganice, cum ar fi schizofrenia „procesuală", melancolia agitată sau mania. Însă odată ce primesc doza adecvată de medicamente de tip fenotiazine, benzodiazepine sau litiu, aceștia din urmă devin de obicei cât de docili e nevoie. În mod deplorabil, anumite spitale folosesc tratamentul cu electroșocuri pentru a-i forța pe pacienții încăpățânați să ajungă la „forma" dorită.

În orice caz, prima etapă în tratarea pacienților internați la psihiatrie ar trebui să constea în discutarea diferitelor aspecte ale docilității, în ședințe pe secție la care să participe

122 Berne, E. *Games People Play. Loc. cit.*

pacienții, personalul și clinicienii oaspeți. Toți aceștia pot oferi sugestii valoroase dacă înțeleg că obiectivul psihoterapiei nu constă în a-l externa pe pacient, ci a-l face bine. Dacă astfel de ședințe sunt conduse cu atitudinea adecvată, nu numai că se scurtcircuitează foarte rapid numeroase jocuri, ci mai mult, se poate renunța la „a face progrese" în favoarea însănătoșirii și a păstrării sănătății, cu excepțiile menționate mai sus. În plus, aproape toți pacienții sunt recunoscători pentru această abordare cinstită. Aproape de fiecare dată, după ședință, câțiva dintre ei vin să dea noroc cu terapeutul și eventual să observe: „E prima oară când un doctor s-a purtat cu mine ca și cu o persoană reală și mi-a vorbit direct." Asta se întâmplă pentru că jocurile din spital nu sunt în nici un caz „inconștiente". Pacientul știe foarte bine ce face și de ce, și-l apreciază pe terapeutul înțelegător care nu se lasă păcălit. Chiar dacă nu admite de la prima încercare, pacientul e recunoscător fiindcă această abordare înlătură plictiseala psihoterapiei convenționale.

Pentru cei care se simt mai confortabil spunându-și că pacienții lor au „un Eu slab", trebuie să afirm că n-aș ezita să citesc paragraful de mai sus la prima întâlnire cu un grup de pacienți internați la psihiatrie, chiar și dintre cei cu tulburări foarte serioase, după doar o scurtă perioadă de pregătire și de cunoaștere (să spunem treizeci de minute), și nici nu m-aș îndoi de efectele sale benefice, din moment ce am spus exact aceste lucruri, în multe ocazii, în astfel de condiții.[123]

Când pacientul care a fost, anterior, la unul sau mai mulți terapeuți ori a avut internări la psihiatrie vine la un analist tranzacțional, ca pacient ambulator sau pacient privat, procedura corectă este următoarea: În timpul primului interviu, terapeutul are grijă să afle informațiile din trecut legate de scenariu, pe cât mai mascat cu putință, adaptându-se la conversația pacientului; dar dacă există omisiuni, are grijă să le completeze ulterior. În primul rând, află antecedentele medi-

123 Berne, E. „The Staff-Patient Staff Conference". *American Journal of Psychiatry*, 125: 286-293, Septembrie 1968.

cale și psihiatrice. Cu această ocazie îi cere pacientului să-i povestească un vis — orice fel de vis, fiindcă asta e calea cea mai rapidă de a obține o imagine asupra protocolului scenariului și asupra concepției despre lume a acelui om. Apoi se interesează, pe rând, de terapeuții anteriori: de ce li s-a adresat pacientul, cum i-a ales, ce a învățat de la ei, de ce a încheiat terapia și în ce condiții. Din aceste informații, analistul de scenariu obține numeroase indicii. Pe unele le urmărește mai în detaliu, punând întrebări privitoare la alte activități: cum își alege Pat serviciul sau soția, de ce și *cum* își dă demisia sau divorțează. Dacă face acest lucru cu competență, pacientul nu va pune capăt terapiei prematur, cum se întâmplă adesea când pe terapeut îl neliniștește transferul și-și ascunde teama în spatele unui obraz imobil, a politeței ritualice sau a unui casetofon. Nimic nu e mai liniștitor decât competența.

O situație frecvent întâlnită este aceea în care e evident că pacientul colecționează eșecuri în terapie și în oricare altă privință, ca să justifice răsplata de tip psihotic sau suicidar a scenariului, și abandonează terapia cu „Acum îmi spune!", adică dând la iveală o surpriză de proporții fără a o discuta în prealabil și renunțând la terapie fără să anunțe dinainte. De exemplu, la sfârșitul celei de-a treizecea ședințe, când totul pare să meargă bine și Pat face „progrese", el ar putea spune pe ton de conversație banală, ridicându-se să plece: „Apropo, e ultima oară când vin, fiindcă după-amiază mă duc să mă internez la sanatoriu" — lucru pe care nu l-a menționat anterior. Dacă doctorul Q a făcut anamneza cu atenție, poate zădărnici un astfel de incident în ședința a treia, spunând: „Eu cred că se va întâmpla cam așa: ai să vii aici șase luni, un an, și ai să renunți brusc." Dacă Pat obiectează, doctorul Q răspunde: „Dar așa ai făcut cu ultimele două locuri de muncă și cu trei dintre foștii tăi terapuți. Eu n-am nimic împotrivă dacă asta vrei să obții, fiindcă pot oricum să învăț câte ceva între timp, dar dacă vrei într-adevăr să te faci bine, ăsta e primul lucru pe care trebuie să-l discutăm. Altfel o să-ți

irosești șase luni sau un an din viață. Dar dacă ne putem confrunta cu treaba asta pe loc, câștigi tot atâta timp și putem merge mai departe." Alcoolicii care tânjesc după control absolut sau după abandon total e foarte probabil să se simtă ofensați de această anulare a jocurilor lor, dar pacienții care vor să se facă bine vor fi recunoscători. Dacă pacientul încuviințează cu capul sau râde, prognoza e foarte bună.

E. „Pacientul de meserie"

De obicei, pacienții care au petrecut anterior o perioadă îndelungată în terapie ori au fost la mai mulți terapeuți dau impresia de „pacienți de meserie". Diagnosticul de „pacient de meserie" se stabilește pe baza a trei criterii. Unul este acela că Pat folosește cuvinte lungi și-și pune singur diagnostic, al doilea e că-și numește patologia „Copilărească" sau „imatură", iar al treilea, că pe toată durata interviului are un aer solemn. Înainte de sfârșitul celei de-a doua ședințe, dacă e pacient de meserie, ar trebui să i se spună acest lucru și să i se ceară să nu mai întrebuințeze cuvinte lungi. Cum e foarte conștient de situație, e suficient să i se spună: „Ești pacient de meserie, iar eu cred că ar trebui să renunți la asta. Nu mai folosi cuvinte lungi și vorbește normal." Dacă se procedează adecvat, el va înceta în foarte scurt timp să mai utilizeze cuvinte lungi și va începe să vorbească normal, atâta doar că va folosi platitudini. Între timp își va fi pierdut aerul solemn, zâmbind sau chiar râzând câteodată. I se poate spune atunci că nu mai e pacient de meserie, ci o persoană reală, cu niște simptome psihiatrice. La acest moment ar trebui, de asemenea, să înțeleagă că Copilul lui e o prezență permanentă și nu e „copilăresc" sau „imatur" în sensul rigid al cuvântului, ci doar confuz, iar dincolo de confuzie se află tot farmecul toată spontaneitatea și creativitatea unui copil real. Trebuie observată evoluția: de la Copilul precoce deprins cu canapeaua la

Părintele care vorbește în platitudini, și de aici, la Adultul care se exprimă direct.

F. Pacientul ca persoană

În termenii analizei de scenariu, la acest moment, pacientul, sperăm, „iese din scenariul său" în timpul ședințelor de terapie și se poartă ca o persoană reală, numită în limbaj colocvial „membru cu legitimație al speciei umane". Dacă are recăderi, acest lucru îi va fi adus la cunoștință de către terapeut, în terapia individuală sau de către ceilalți membri ai grupului, în terapia de grup. Atât timp cât poate rămâne în afara scenariului, e capabil să-l examineze obiectiv și analiza scenariului poate merge înainte. Principala dificultate ce trebuie depășită este atracția scenariului, ceva similar cu „rezistența Se-ului" la Freud. Pacienții de meserie adoptă acest rol pentru că au hotărât în fragedă pruncie, cu încurajare din partea părinților, să fie schilozi psihic, și se poate să fi fost ajutați de terapeuții anteriori. Acesta e de obicei un scenariu de familie, fiind posibil ca frații, surorile și părinții să fie și ei în tratament. Exemplul tipic este acela în care fratele sau sora se află într-un spital de psihiatrie, unde continuă să recurgă la „acting out" (cum spune personalul) sau „face pe nebunul", cum învață Pat acum să numească acest comportament. Pat e cam bosumflat și în scurt timp recunoaște foarte sincer că e invidios pe fratele sau sora lui, fiindcă el (ea) e în spital, în timp ce el însuși trebuie să se mulțumească cu terapia ambulatorie. După cum s-a exprimat un bărbat: „Cum se face că frate-meu e într-un spital de boli nervoase elegant, pe Coasta de Est, iar eu trebuie să mă mulțumesc cu amărâtul ăsta de grup de terapie? Îmi plăcea mult mai mult când eram pacient de meserie."

Când astfel de lucruri sunt rostite în glumă, ele constituie miezul împotrivirii față de însănătoșire. În primul rând, Pat

își pierde toate avantajele ce decurg de pe urma internării într-un spital și tot ce e distractiv în a face pe nebunul. Dar mai mult decât atât, spune el cu sinceritate (după ce începe să-și înțeleagă scenariul), Copilul său se teme să se însănătoșească și nu poate accepta permisiunea de a se face bine, oferită de terapeut și de ceilalți membri ai grupului, fiindcă dacă o acceptă, mama (din mintea lui) îl va părăsi. Indiferent cât de nefericit îl fac spaimele, angoasele, obsesiile și simptomele sale fizice, e mai bine așa, crede el, decât să se afle în lumea largă pe cont propriu, fără Părintele care să-l protejeze. În acest punct există o etapă în care analiza scenariului devine aproape imposibil de diferențiat de sondarea psihanalitică. Protocolul scenariului pacientului devine subiectul investigației, și se cercetează minuțios influențele timpurii care l-au determinat să se oprească asupra unei poziții și a unui stil de viață ne-OK. Aici va începe să iasă la suprafață mândria pacientului de a fi nevrotic, schizofrenic paranoic, dependent sau infractor, iar el își va aduce jurnalul sau va vorbi despre planul de a-și scrie autobiografia, cum au făcut atât de mulți dintre predecesorii săi. Chiar și oamenii vindecați de „retard mintal" pot resimți o oarecare nostalgie pentru disfuncția lor anterioară.

Capitolul 17
SEMNELE SCENARIULUI

Prima datorie a unui terapeut de grup, indiferent de abordarea teoretică pe care o folosește, este de a observa toate mișcările tuturor mușchilor fiecărui pacient, în fiecare clipă a ședinței cu grupul. Pentru aceasta, trebuie să limiteze mărimea grupului la maximum opt și să ia toate măsurile necesare pentru a se asigura că va putea să se achite de această îndatorire cu cea mai mare eficiență posibilă.[124] Dacă alege ca abordare analiza scenariului, instrumentul cel mai puternic cunoscut pentru terapia de grup eficientă și totodată principalul element pe care caută să-l observe vizual și auditiv constă în acele semne specifice care indică natura scenariului pacientului și originea lui în experiențele anterioare și în programarea parentală. Pacientul poate deveni o persoană capabilă de vitalitate, creativitate, împlinire și spirit civic autonome numai dacă „iese din scenariu".

A. Semnalul scenariului

La fiecare pacient există o postură, un gest, un tic sau simptom caracteristic care semnifică faptul că acesta trăiește „în scenariu" sau „a intrat" în scenariu. Atât timp cât apar astfel de „semnale de scenariu", pacientul nu e vindecat, indiferent câte „progrese" a făcut. Poate că trăiește mai puțin nefericit sau mai fericit în lumea scenariului său, dar se află

124 Berne, E. *Principles of Group Treatment. Loc. cit.*

tot în acea lume, nu în cea reală, lucru pe care-l confirmă visele sale, experiențele exterioare și atitudinea sa față de terapeut și de ceilalți membri ai grupului.

De obicei, semnalul scenariului este perceput mai întâi intuitiv de Copilul terapeutului[125] (preconștient, nu inconștient). Apoi, într-o zi, această percepție e conștientizată pe deplin și preluată de Adultul terapeutului. El recunoaște imediat că acel semnal i-a fost caracteristic pacientului încă de la început și se întreabă cum de nu l-a „observat" cu adevărat până atunci.

Abelard, un bărbat de vârstă mijlocie care se plângea de depresie și lentoare, venea la grup de trei ani și făcuse „progrese" rezonabile înainte ca doctorul Q să aibă mai mult decât o idee vagă cu privire la semnalul scenariului său. Abelard avea permisiunea Parentală de a râde, lucru pe care-l făcea din toată inima ori de câte ori se ivea prilejul, dar nu avea permisiunea de a vorbi. Când i se spunea ceva, desfășura o rutină complicată, lentă înainte să răspundă. Își îndrepta încet poziția pe scaun, lua o țigară, tușea, mormăia ca pentru a-și aduna gândurile și apoi începea: „Păi..." Dar într-o zi, când grupul discuta despre nașterea copiilor și alte chestiuni sexuale, doctorul Q a „observat" pentru prima oară că Abelard mai făcea încă un lucru înainte de a vorbi: își strecura mâinile pe sub curea, până hăt în jos. Doctorul Q a spus: „Abe, scoate-ți mâinile din pantaloni!", la care toți, inclusiv Abelard, au început să râdă și și-au dat seama că el făcea acest gest de când îl știau, dar nimeni nu-l „observase" până atunci — nici ceilalți membri ai grupului, nici doctorul Q, nici Abelard. Atunci a devenit limpede că acesta trăia într-o lume a scenariului în care interdicția de a vorbi era atât de drastică,

125 Percepțiile Copilului apar adesea în vise ca resturi diurne, caricaturi sau simboluri: percepții de care Adultul n-a fost conștient, dar care s-au imprimat oricum în memorie. Astfel de percepții servesc drept bază pentru raționamentele intuitive. Vezi Berne, E. „Concerning the Nature of Diagnosis". *Loc. cit.* De asemenea, notele 131, 133, 134, 135 și 136.

încât îi primejduia testiculele. În cazul ăsta nu era deloc de mirare că vorbea doar dacă-i acorda cineva permisiunea, punându-i o întrebare! Câtă vreme semnalul scenariului era prezent, Abelard nu putea avea libertatea de a vorbi spontan și nici de a hotărî în privința altor chestiuni care-l preocupau.

Un semnal similar al scenariului, mai frecvent întâlnit, apare la femei și poate fi de asemenea perceput intuitiv cu mult timp înainte de a fi pe deplin conștientizat; însă din experiență, terapeutul învață în scurt timp să-l vadă și să-l evalueze mai rapid. Unele femei șed relaxate până când se abordează un subiect sexual; atunci nu numai că-și pun picior peste picior, ci mai mult, își încolăcesc laba piciorului aflat deasupra pe după glezna celui de dedesubt și, adesea, își încrucișează simultan brațele peste piept, iar uneori se și înclină în față. Postura asta formează o apărare triplă sau cvadruplă împotriva unei intruziuni care există doar în lumea scenariului lor, nu și în cea reală, a grupului.

Astfel, pacientului i se poate spune: „Mă bucur că te simți mai bine și faci progrese, dar nu te poți face bine decât după ce încetezi să mai...", și se descrie semnalul scenariului. Asta e declarația introductivă din încercarea de a obține un „contract de vindecare" sau „contract de scenariu", în locul unui contract de „progres". Pacientul poate încuviința că vine la grup ca să iasă din scenariu, nu ca să găsească tovărășie și ponturi domestice utile despre cum să se simtă fericit în timp ce trăiește în spaimă sau nefericire. Îmbrăcămintea e un teren fertil pentru semnalele scenariului: femeia bine îmbrăcată cu excepția pantofilor (va fi „respinsă", așa cum cere scenariul ei), lesbiana care poartă haine „băiețoase" (probabil va juca „Acoperirea nevoilor" cu banii, va fi exploatată de iubitele ei și va încerca să se sinucidă), homosexualul care poartă haine de „fetiță" (va ajunge în tovărășia femeilor care se rujează strâmb, va fi bătut de iubitul lui și va încerca să se sinucidă) și femeia care se rujează strâmb (va fi adesea exploatată de homosexuali). Alte semnale ale scenariului sunt clipitul, mușcatul buzelor, încleștatul maxilarelor, adulmecatul, frământarea mâinilor, învârtirea inelelor și bătutul tactului cu piciorul. O listă excelentă se poate găsi în cartea lui Feldman despre manierisme în vorbire și gestică.[126]

Postura și ținuta corpului în mers sunt și ele revelatoare. Înclinarea capului în scenariile „Martirul" și „Copilul nimănui" constituie unul dintre cele mai frecvent întâlnite semnale ale scenariului. O prezentare extensivă poate fi găsită în Deutsch,[127] iar o interpretare psihanalitică, mai ales a semnalelor emise de pacientul întins pe canapea, o oferă Zeligs.[128]

Semnalul scenariului este întotdeauna reacția la o directivă Parentală. Pentru a fi abordat, trebuie scoasă la iveală directiva, lucru de obicei ușor de făcut, și trebuie găsită antiteza exactă, ceea ce poate fi mai dificil, îndeosebi dacă semnalul e o reacție la o halucinație propriu-zisă.

B. Componenta fiziologică

Apariția bruscă a simptomelor este și ea, de obicei, un semn al scenariului. Lui Judith îi cerea scenariul să „înnebunească", așa cum făcuse și sora ei, dar ea se împotrivea acestei comenzi parentale. Câtă vreme Adultul ei deținea controlul, Judith era o fată americană normală, sănătoasă, dar dacă cineva din preajmă se purta „ca nebunul" sau spunea că se simte „nebunește", Adultul se făcea nevăzut și Copilul ei rămânea fără protecție. Începea imediat s-o doară capul și se retrăgea, îndepărtându-se astfel de situația conformă cu scenariul. Pe canapea se petrecea o succesiune similară de evenimente. Câtă vreme doctorul Q îi vorbea sau îi răspundea, se

126 Feldman, S.S. *Mannerisms of Speech and Gestures in Everyday Life.* International Universities Press, New York, 1959.

127 Deutsch, F. „Analytical Posturology". *Psychoanalytic Qua. erly*, 21: 196-214, 1952.

128 Zeligs, M. „Acting In: Postural Attitudes Observed During Analysis". *Journal of the American Psychoanalytical Association*, 5: 685-706, 1957.

simţea bine, dar dacă el tăcea, Adultul ei dispărea, Copilul îşi făcea apariţia cu gânduri nebuneşti, şi începea imediat s-o doară capul. La unii pacienţi apare exact în acelaşi fel greaţa, numai că aici directiva parentală este „îmbolnăveşte-te", nu „înnebuneşte" — sau, în limbaj adult, „fii nevrotic" în loc de „fii psihotic". Atacurile de anxietate cu palpitaţii sau crizele bruşte de astm ori urticarie sunt de asemenea semnale ale scenariului.

Când scenariul este ameninţat, reacţiile alergice pot fi drastice. Rose, spre exemplu, făcea drumeţii de mică şi din copilărie nu mai suferise de dermatită alergică provocată de plante. Dar când psihanalistul ei i-a spus să divorţeze, a făcut o criză alergică atât de gravă, încât a trebuit să fie spitalizată, şi a pus capăt analizei. Psihanalistul nu ştia că scenariul Rosei includea un divorţ, dar numai după ce copiii ei ajungeau adulţi. În astfel de momente de cotitură pot surveni de asemenea crize grave de astm, care necesită spitalizare sub cort de oxigen. Conştientizarea deplină a scenariului pacientului poate (după părerea mea) să prevină astfel de crize severe. Colita ulceroasă şi ulcerul gastric perforat dau de bănuit şi ele uneori. Într-un caz, un paranoic a renunţat la lumea scenariului său şi a început să trăiască în cea reală, fără suficiente pregătiri şi „protecţie", şi în mai puţin de o lună i-a apărut zahăr în urină, marcând apariţia diabetului. Astfel a revenit la „siguranţa" scenariului său „Îmbolnăveşte-te", într-o manieră modificată.

Sloganul „Nu uita de sfincter" se referă şi el la componenta fiziologică a scenariului. Bărbatul cu gura crispată şi persoana care mănâncă, bea, fumează şi vorbeşte în acelaşi timp (în limita posibilului) sunt „personaje de scenariu" tipice. Omul dependent de laxative sau clisme poate avea un scenariu „intestinal" arhaic. Femeile cu scenariu de intruziune pot să-şi ţină încordaţi muşchii *levator eni* şi *sphincter cunni*, ceea ce determină dureri în timpul actului sexual. Ejacularea prematură sau întârziată şi astmul pot fi privite, la

rândul lor, ca perturbări sfincteriene a căror natură este legată de scenariu.

Sfincterele sunt organele etalării sau răsplăţii finale. Desigur, „cauza" propriu-zisă a perturbărilor sfincteriene se află aproape întotdeauna la nivelul sistemului nervos central. Însă aspectele tranzacţionale nu decurg din „cauză", ci din efect. Spre exemplu, oricare ar fi „cauza" ejaculării premature la nivelul sistemului nervos central, efectul ei se exercită asupra bărbatului şi a partenerei sale şi, în consecinţă, ejacularea prematură decurge din scenariu, face parte din el sau contribuie la el, de obicei fiind vorba de un scenariu „al eşecului" nu doar în sex, ci şi în alte privinţe.

Importanţa faptului de a „nu uita de sfincter" rezidă în felul cum pot fi folosite tranzacţional sfincterele. Copilul din Mike simte foarte rapid, intuitiv, în ce fel vor diferiţi oameni să-şi folosească sfincterele împotriva lui. Ştie că bărbatul ăsta vrea să urineze pe el, celălalt să defecheze pe el, că o femeie vrea să-l scuipe şi aşa mai departe.[129] Şi are dreptate aproape de fiecare dată, lucru pe care-l află în timp dacă interacţionează cu vreunul din aceşti oameni.

Se întâmplă cam aşa: Când Mike face cunoştinţă cu Pat (în primele zece secunde sau, cel mult, zece minute după ce au dat ochi unul cu celălalt pentru prima oară), Copilul lui Mike simte exact ce pune la cale Copilul lui Pat. Dar cât mai rapid cu putinţă, Copilul lui Pat, cu ajutorul Adultului şi al Părintelui său, produce o perdea de fum groasă care, asemeni unui djin, ia treptat formă umană, în chip de persona sau deghizarea lui Pat. Atunci Mike începe să ignore percepţiile intuitive ale Copilului său şi să le îngroape, acceptând în schimb persona lui Pat. Astfel, Pat îl păcăleşte pe Mike să renunţe la percepţia lui corectă şi-i oferă în schimb persona sa. Mike acceptă persona lui Pat fiindcă şi el e la fel de ocupat să producă o perdea de fum pentru a-l păcăli pe Pat, ş e atât de concentrat asupra lucrului ăstuia, că uită nu doar ce ştie

[129] Berne, E. „Primal Images and Primal Judgements", *Psychiatric Quarterly*, 29: 634-658, 1955.

Copilul său despre Pat, ci și ceea ce știe el însuși despre propria persoană. M-am referit mai detaliat la primele zece secunde în altă parte. Oamenii își ignoră percepțiile intuitive și-și acceptă reciproc persona pentru că așa e politicos și pentru că asta răspunde la nevoile jocurilor și scenariului lor. Această acceptare reciprocă se numește „contract social".[130]

Semnificația sfincterelor în contextul scenariului constă în aceea că fiecare om îl caută și-l depistează intuitiv pe cel cu scenariu complementar. Astfel, ca să folosim termenii cei mai elementari, persoana căreia scenariul îi cere să mănânce căcat va căuta pe cineva căruia scenariul îi cere să se cace pe oameni. Cei doi se vor agăța unul de altul în primele zece minute petrecute împreună, vor dedica mai mult sau mai puțin timp pentru deghizarea bazei sfincteriene a atracției lor reciproce și, dacă trec de acest punct, în cele din urmă își vor răspunde reciproc la nevoile scenariului.

Dacă asta nu pare credibil, să luăm cazurile mai bătătoare la ochi, în care se produce o satisfacere imediată a nevoilor scenariului. Un bărbat homosexual poate să intre într-o toaletă publică sau într-un bar, ba chiar să meargă pe stradă, și în zece secunde reușește să identifice fără greșeală bărbatul pe care-l caută, cel care nu numai că-i va oferi genul de satisfacție sexuală dorit, ci mai mult, o va face în maniera cerută de scenariul său: într-un loc semipublic, în care fiorul palpitant al jocului „Hoții și vardiștii" se adaugă la satisfacția sexuală, sau într-un loc liniștit, unde cei doi pot să formeze o legătură de mai lungă durată, ce se poate sfârși (dacă o cere scenariul) prin crimă. Un bărbat heterosexual cu experiență, care merge pe strada potrivită din orice oraș mare, poate de obicei să identifice fără greșeală exact femeia pe care o vrea: cea care îi va oferi tipul dorit de satisfacție sexuală și, în plus, va juca și jocurile ce se potrivesc cu scenariul lui. El poate să obțină o tăvăleală, să fie plătit, îmbătat, drogat, ucis sau să se însoare — după cum cere scenariul său. Mulți oameni civilizați sau binecrescuți învață să-și ignore sau să-și reprime intuițiile, deși aceste capacități pot fi scoase la iveală și dezvoltate în condițiile potrivite.

130 Berne, E. *The Structure and Dynamics of Organizations and Groups. Loc. cit.*

C. Cum se ascultă

În prima secțiune am descris unele semnale vizuale ale scenariului. Acum ne vom îndrepta atenția asupra artei ascultării. Terapeutul poate fie să-și asculte pacienții cu ochii închiși, asigurându-i la un moment dat că nu a adormit și spunându-le ce a auzit pentru a le răsplăti indulgența, fie să asculte înregistrarea pe casetă a ședinței de grup, preferabil tot cu ochii închiși, ca să nu fie distras de elemente vizuale. Unul dintre lucrurile conforme cu scenariul pe care trebuie să-l învețe aproape toți copiii, pe lângă acela de a nu se uita prea atent la oameni, este să nu asculte cu ochii închiși, ca să nu audă prea mult. Porunca asta nu e întotdeauna ușor de depășit — mamei nu i-ar plăcea.

Chiar dacă nu a văzut pacienții niciodată și în primă instanță nu știe nimic despre istoria lor de viață, un analist de scenarii experimentat poate afla foarte multe ascultând zece-douăzeci de minute din înregistrarea audio a unei ședințe de grup. Pornind cu zero informații și doar ascultând un pacient necunoscut care vorbește o vreme, ar trebui să poată face o descriere detaliată a contextului familial, a jocurilor favorite și a destinului probabil al acestuia. După treizeci de minute, câștigul scade din cauza oboselii, așa că o înregistrare nu trebuie ascultată în reprize mai lungi de jumătate de oră.

A ști să asculți e o capacitate ce poate fi mereu îmbunătățită. Asta e un fel de propoziție zen, din moment ce totul depinde, în principal, de ceea ce se petrece în mintea ascultătorului, și nu de ceea ce se petrece în exterior. Partea utilă a ascultării o face acel aspect al personalității cunoscut sub

numele de „Profesorul", adică Adultul Copilului (vezi figura 7). Profesorul deține puterea intuiției[131], și cel mai important aspect al intuiției privește comportamentul tranzacțional sfincterian: Ce sfincter vrea celălalt să folosească asupra mea și pe care vrea să-l folosesc eu asupra lui? De unde vin aceste dorințe și ce urmăresc ele? După ce Adultul ascultătorului filtrează aceste informații arhaice sau „primare", ele pot fi elaborate într-o formă mai specifică: informații despre contextul familial al pacientului[132], despre luptele sale instinctuale[133], despre ocupația sa și despre obiectivul scenariului său. Așadar, e nevoie de a ști cum poate fi eliberat Profesorul pentru a-și face treaba cât mai eficient. Regulile în această privință sunt următoarele:

1. Ascultătorul trebuie să fie într-o formă fizică bună, după o noapte de somn odihnitor*, și să nu se afle sub influența alcoolului, medicamentelor sau drogurilor care i-ar putea afecta eficiența mintală. Între acestea se includ și sedativele, și stimulentele.

2. Trebuie să-și elibereze mintea de preocupările exterioare.

3. Trebuie să-și dea la o parte toate prejudecățile și simțămintele Parentale, inclusiv nevoia de a „ajuta".

4. Trebuie să-și dea la o parte toate ideile preconcepute cu privire la pacienții săi în general și cu privire la pacientul anume pe care-l ascultă.

[131] Berne, E. „Intuition VI. The Psychodynamics of Intuition". *Loc. cit.*
[132] Berne, E. „The Nature of Intuition". *Psychiatric Quarterly*, 23: 203-226, 1949.
[133] Berne, E. „Intuition V. The Ego Image". *Psychiatric Quarterly*, 31: 611-627, 1957.
* Asta înseamnă probabil somn REM. De multe ori, terapeutul care s-a foit fără să poată dormi toată noaptea constată că a doua zi dimineață, intuiția sa e mai ascuțită ca de obicei. Ipoteza ar fi că Adultul său e obosit din cauza lipsei de somn NREM, pe când Copilul său e în formă deosebit de bună ca urmare a somnului REM din belșug.

5. Trebuie să nu-și lase pacientul să-l distragă cu întrebări sau diferite pretenții și să învețe modalități inofensive de a respinge întreruperile de acest gen.

6. Adultul său ascultă conținutul spuselor pacientului, în timp ce Copilul-Profesor ascultă felul cum sunt ele rostite. În limbaj telefonic, Adultul ascultă informațiile, iar Copilul ascultă zgomotele de fond[134]. În limbaj radio, Adultul ascultă emisiunea, iar Copilul ascultă cum funcționează aparatul. Astfel, e deopotrivă ascultător și tehnician reparator. Dacă e consilier, ajunge să fie ascultător, dar dacă e terapeut, misiunea sa cea mai importantă sunt reparațiile.

7. Când începe să se simtă obosit, se oprește din ascultat și începe să privească sau să vorbească.

D. Semnale vocale elementare

După ce a învățat să asculte, terapeutul trebuie să știe ce urmărește ascultând. Din punct de vedere psihiatric, există patru semnale vocale elementare: sunetele, accentele, vocile și vocabularul.

1. Sunetele respiratorii

Cele mai frecvent întâlnite sunete respiratorii și semnificația lor obișnuită sunt: tusea (nu mă iubește nimeni), oftatul (o, dacă), căscatul (dă-mi pace), mârâitul (tu ai spus-o) și hohotitul (m-ai prins), plus diferitele tipuri de râs, cum ar fi râsul vesel, chicotitul, râsul batjocoritor și chițcăitul. Ne vom referi ulterior la cele mai importante trei tipuri de râs, cunoscute în limbaj colocvial drept Ho-ho, Ha-ha și He-he.

[134] Berne, E. „Concerning the Nature of Communication". *Loc. cit.*

2. *Accentele*

Cultura are prea puțin de a face cu scenariile. Există învingători și învinși în toate straturile societății și în toate țările, iar modul în care-și împlinesc destinul e relativ același oriunde în lume. Spre exemplu, prevalența bolilor psihice în orice grup mare de oameni e aproximativ aceeași pretutindeni[135], și pretutindeni există sinucideri. De asemenea, fiecare grup mare din lume își are liderii și bogătașii săi.

Chiar și așa, accentul străin are o anumită semnificație pentru analistul de scenarii. În primul rând, el permite formularea de supoziții în cunoștință de cauză cu privire la preceptele Parentale timpurii, și aici intervine cultura: „Fă ce ți se spune" în Germania, „Stai liniștit" în Franța și „Nu fi obraznic" în Marea Britanie. În al doilea rând, accentul indică flexibilitatea scenariului. Germanul care trăiește în America de douăzeci de ani și tot vorbește cu un accent pronunțat are probabil un plan de viață mai puțin flexibil decât danezul care vorbește bine engleza americană după numai doi ani. În al treilea rând, scenariul este scris în limba maternă a Copilului, iar analiza scenariului e mai rapidă și mai eficientă dacă terapeutul vorbește acea limbă. Străinul care-și trăiește scenariul în America echivalează cu interpretarea lui *Hamlet* în japoneză, într-un teatru Kabuki. Dacă criticul n-are originalul la îndemână, o mare parte din conținut se pierde sau e greșit înțeleasă.

Accentul local este și el informativ, mai ales dacă e afectat. Bărbatul care vorbește cu accent de Brooklyn, dar scapă câteva *a*-uri deschise de tip Boston sau Broadway arată clar influența unui erou sau a unul personaj parental pe care-l poartă în minte, iar acea persoană trebuie depistată, pentru că e probabil să aibă o influență vastă, chiar dacă pacientul neagă. Astfel de scăpări indică limpede o ruptură la nivelul directivelor Parentale.

135 Cf. Berne, E. „Difficulties of Comparative Psychiatry: The Fiji Islands". *American Journal of Psychiatry*, 116: 104-109, 1959.

3. *Vocile*

Fiecare pacient are cel puțin trei voci diferite: de Părinte, de Adult și de Copil. E posibil să ascundă una sau chiar două dintre ele vreme îndelungată, dar mai devreme sau mai târziu tot vor ieși la iveală. De obicei, ascultătorul atent poate auzi cel puțin două dintre ele într-un interval oarecare de cincisprezece minute. Pacientul rostește un întreg paragraf Parental cu doar o văicăreală a Copilului sau un întreg paragraf Adult cu doar o mustrare Parentală, dar ascultătorul vigilent va surprinde fraza-cheie. Alți pacienți schimbă vocea de la o propoziție la alta sau chiar folosesc două-trei voci în aceeași frază.

Fiecare voce dezvăluie ceva cu privire la scenariu. Vocea Parentală, adresându-se altei persoane, folosește sloganuri și precepte Parentale și reproduce ce ar fi spus tatăl sau mama în aceeași situație: „Nu așa face toată lumea?" „Uite cine vorbește!" „Trebuie să-ți ții mintea ocupată", „De ce nu te străduiești mai mult?" „Nu poți avea încredere în nimeni". O voce constantă de Adult înseamnă de obicei că, prin ordin Parental, Copilul e reprimat în favoarea unui model pedant, lipsit de umor, încărcat poate cu câteva glume „oficiale" sau anale. Asta arată că, în consecință, Copilul va găsi căi ocolite de exprimare sau va exploda periodic, dând naștere la comportamentele neadaptative și la irosirea de energie ce caracterizează un învins. Vocea Copilului indică rolul din scenariu: de exemplu, „Copilul drăgălaș", „Eu cel dintotdeauna", „Smiorcăitul mămos". Așadar, vocea Părintelui dezvăluie contrascenariul, vocea Adultului dă modelul, iar vocea Copilului îndeplinește rolul din scenariu.

4. *Vocabularul*

Fiecare stare a Eului poate să aibă, de asemenea, propriul ei vocabular. Cuvintele Parentale, cum ar fi „rău", „prost",

„laş" şi „ridicol", spun ce se teme Jeder cel mai tare să fie şi ce încearcă din răsputeri să evite. Vocabularul Adult tehnic, persistent poate fi pur şi simplu o modalitate de a evita oamenii, cum se întâmplă frecvent în inginerie, aviaţie şi finanţe, sub influenţa ordinului din scenariu: „Fă lucruri mari, dar nu te implica personal". Vocabularele Adulte de „individ săritor" (Asociaţia părinţilor şi profesorilor, psihologie, psihanaliză, ştiinţe sociale) poate fi folosit într-un Rit al Primăverii intelectual, prin care psihismul dezmembrat al victimei este împrăştiat pe duşumea şi lăsat să zacă acolo, pe baza teoriei cum că în cele din urmă se va reasambla singur şi după aceea va fi mai fertil. Rezumatul poveştii acestui scenariu spune: „Am să te desfac în bucăţi, şi ţine minte că încerc doar să te ajut. Dar va trebui să te aduni singur, fiindcă nimeni altcineva nu poate face asta în locul tău." Uneori, pacientul e propria sa victimă rituală preferată. Vocabularul Copilului poate conţine cuvinte obscene de revoltă, locurile comune ale supunerii sau expresiile dulci ale nevinovăţiei fermecătoare.

O triadă tipică, găsită deseori la aceeaşi persoană conţine chestii siropoase din partea Părintelui, disecţie din partea Adultului şi obscenităţi din partea Copilului. De pildă: „Avem cu toţii suişuri şi coborâşuri; părerea mea e că te descurci de minune. Sigur că trebuie să-ţi desparţi Eul autonom de identificarea cu mama ta. În definitiv, e o lume de căcat." Acest scenariu vine direct din *Infernul* lui Dante: „Cum să zâmbeşti permanent în timp ce citeşti un tratat ştiinţific, aflându-te în mocirlă până-n gât."

E. Alegerea cuvintelor

Propoziţiile sunt construite în colaborare de Părinte, Adult şi Copil, şi fiecare-şi rezervă şi-şi exercită dreptul de a introduce cuvinte şi expresii în funcţie de nevoile sale. Pentru

a înţelege ce se petrece în mintea pacientului, terapeutul trebuie să poată descompune produsul final în componentele sale semnificative. Asta se numeşte analiză morfologică tranzacţională şi se deosebeşte întrucâtva de analiza morfologică gramaticală.

1. *Părţi de vorbire*

Adjectivele şi substantivele abstracte sunt porecle. Răspunsul corect de dat persoanei care spune că suferă de „dependenţă pasivă" sau că este „un sociopat marcat de nesiguranţă" este: „Cu ce epitete ţi se adresau părinţii când erai mic?" Eufemismele de acţiune cum ar fi „exprimare agresivă" sau „raport sexual" ar trebui eliminate prin întrebarea: „Cum numeai asta când erai mic?" „Agresivitatea expresivă" este o invenţie pură şi înseamnă că Pat a urmat un curs de dans modern ori s-a luat la trântă cu un terapeut gestaltist, iar „sex coital" înseamnă că participă la şedinţele Ligii pentru libertate sexuală.*

Adverbele sunt ceva mai intime. Astfel, „Uneori simt excitaţie sexuală" se plasează undeva, la o distanţă vagă, în timp ce „Uneori mă excit sexual" e în prezentul concret. Semnificaţia psihologică exactă a adverbelor rămâne însă de clarificat.

Pronumele, verbele şi substantivele concrete sunt cele mai reale părţi de vorbire şi „spun lucrurilor pe nume". A spune lucrurilor pe nume poate însemna că pacientul e pregătit să se facă bine. Astfel, o femeie care se teme de sex subliniază adeseori adjectivele şi substantivele abstracte: „Am avut o experienţă sexuală satisfăcătoare." Mai târziu, poate să accen-

* „Adjectivele substantivale" şi care se termină în „pat", cum ar fi sociopat, psihopat, nevropat sunt de obicei termeni dispreţuitori aplicaţi pacienţilor. „Adjectivele verbale", care se termină în „iv", cum ar fi punitiv şi manipulativ, sunt mai neutre şi pot fi aplicate deopotrivă pacienţilor şi membrilor personalului.

tueze pronumele și verbele: „Și el, și eu ne-am aprins tare de tot." O femeie a mers prima oară la spital ca să aibă „o experiență de obstetrică". A doua oară s-a dus să nască. Pacienții își „exprimă ostilitatea față de personajele cu autoritate". Când devin oameni reali, se mulțumesc să înjure sau să rupă hârtii. În ce-l privește pe terapeut, cel care declară: „Am inițiat interviul făcând schimb de saluturi pozitive. Apoi pacientul a relatat că și-a exprimat ostilitatea recurgând la un act de agresiune fizică la adresa soției sale" se descurcă mai greu decât cel care spune: „Pacientul a spus bună ziua și mi-a povestit că și-a lovit soția." Într-un caz, terapeutul a afirmat că un anumit băiat „urmează o școală cu regim rezidențial în zona privată", în timp ce băiatul a spus pur și simplu că „învață la o școală cu internat".

Cel mai important cuvânt din limbajul scenariului este conjuncția „dar", care înseamnă: „Potrivit scenariului meu, n-am permisiunea să fac asta." Oamenii reali spun: „O voi face" sau „N-o voi face", „Am învins" sau „Am pierdut"; „O voi face, dar...", „N-o voi face, dar...", „Am învins, dar..." și „Am pierdut, dar..." sunt toate conforme cu scenariul.

2. *Cuvinte OK*

Regula în ascultarea înregistrărilor audio spune: Dacă nu poți auzi ce spune pacientul, nu-ți face griji, fiindcă de obicei nu spune nimic. Când are ceva de spus, îl vei auzi, indiferent cât de mare ar fi zgomotul de fond sau cât de proastă înregistrarea. Uneori, o casetă prost înregistrată e mai utilă, în scop clinic, decât una bine înregistrată. Dacă se aude clar fiecare cuvânt, ascultătorul ar putea fi distras de conținut, scăpându-i astfel indiciile mai importante din scenariu. Spre exemplu: „Am cunoscut un bărbat într-un bar, și a început să-mi facă avansuri. Când a devenit prea insistent, i-am spus: «Nu, zău, cine te crezi?», ca să vadă că sunt o doamnă, dar el a continuat, așa că după o vreme l-am respins." Asta e o

relatare plicticoasă, neinstructivă și banală. Într-o înregistrare proastă e mult mai revelatoare, căci sună cam așa: „Mormăit, mormăit, mormăit, SĂ-MI FACĂ AVANSURI mormăit, mormăit, PREA INSISTENT mormăit, mormăit, mormăit, VADĂ CĂ SUNT O DOAMNĂ mormăit, mormăit, RESPINS." Aici, cuvintele audibile sunt „cuvintele OK". Pacienta are instrucțiuni din partea mamei să RESPINGĂ bărbații, dovedind astfel că E O DOAMNĂ, cu condiția să poată aduna suficiente cupoane sau AVANSURI ca să aibă justificarea (ca doamnă) de a se înfuria. Instrucțiunile spun: „Ține minte că DOAMNELE se înfurie când bărbații le fac avansuri." Tatăl intervine și el, săritor: „Prin baruri sunt o mulțime de bărbați INSISTENȚI, știu eu bine." Așa că ea merge în baruri și se apucă să demonstreze că e o doamnă.

După ce a petrecut o vreme în terapie psihanalitică, înregistrarea sună cam așa: „Mormăit, mormăit, mormăit, BĂRBAT SADIC mormăit, mormăit, mormăit, EUL MEU MASOCHIST mormăit, mormăit. Mormăit mormăit, mormăit, EXPRIMÂNDU-MI OSTILITATEA OBIȘNUITĂ mormăit, mormăit." Pacienta a înlocuit vechile cuvinte OK cu altele noi. Dacă trece la o analiză tranzacțională, înregistrarea sună astfel: „Mormăit, mormăit, COPILUL LUI mormăit, mormăit, mormăit, PĂRINTELE MEU mormăit, mormăit, JUCAT «VIOLA»." Dar o lună mai târziu nu se mai aud mormăieli nici măcar într-o înregistrare de proastă calitate, cu mult zgomot de fond, ci se aude clar: „De când nu mai merg prin baruri am cunoscut niște bărbați teribil de simpatici."

Cuvintele OK spun povestea mult mai bine decât povestea însăși. Într-o terapie convențională poate fi nevoie de luni întregi pentru a descurca ițele unei întâmplări ghinioniste articulate clar de o studentă în ultimul an, dar dacă înregistrarea sună la modul „Mormăit, mormăit, mormăit, ÎNVĂȚAT PE BRÂNCI mormăit, mormăit, NOTE BUNE, DAR mormăit, mormăit, GROAZNIC DUPĂ ACEEA", cuvintele OK care răzbat cu claritate conturează imediat povestea vieții ei: „Va trebui să muncești pe brânci și să reușești,

atâta doar că la un moment dat ceva va merge prost, așa că în final ai să te simți groaznic." Cuvintele OK exprimă clar și răspicat directivele pacientei.

Cuvintele OK la care ne-am referit în această ultimă secțiune provin din preceptele, modelele și amenințările Parentale. Preceptele de genul „Fii o doamnă", „Învață pe brânci" fac ca Doamnă și Învață să fie cuvinte OK. Amenințarea „Altfel se va întâmpla ceva groaznic" face din Ceva Groaznic cuvinte OK. După ce pacientul se deprinde cu canapeaua, termenii din vocabularul terapeutului devin cuvinte OK, ba mai mult, ăsta e unul dintre semnele că pacientul s-a deprins cu canapeaua. El spune masochism, ostilitate, Părinte, Copil etc. pentru că în acest stadiu, terapeutul a devenit părinte-substitut, iar vocabularul lui OK îl înlocuiește pe cel inițial, învățat în copilărie. Cuvintele sunt cele aprobate de partea de Părinte a tatălui, mamei, terapeutului sau a altor persoane cu rol parental în viața persoanei.

3. *Cuvinte din scenariu*

Ținem minte însă că multe dintre comenzile scenariului sunt date de partea de Copil a tatălui sau mamei, iar aceasta se bazează pe un cu totul alt vocabular de cuvinte și expresii din scenariu, de obicei foarte diferite de cuvintele OK. Ba mai mult, unele pot fi chiar în directă contradicție cu acestea. Femeia care folosește cuvinte OK foarte potrivite pentru o doamnă când se află în contextul antiscenariului poate întrebuința un limbaj deosebit de colorat când se află în contextul scenariului. Astfel, își numește copiii „adolescenții mei adorabili" când e trează și „căcații ăia mici" când e beată. Cuvintele din scenariu dau informații importante privind rolurile și scenele din scenariu, acestea fiind importante în încercarea de a reconstitui lumea scenariului sau genul de lume în care trăiește Copilul pacientului.

În scenariile bărbaților, rolurile cele mai frecvente pentru persoanele de sex feminin sunt cel de fată, de doamnă și de femeie. În scenariile femeilor, persoanele de sex masculin devin puștani, bărbați și moșnegi. Mai specializate sunt rolurile de „fetiță" și „moșneag libidinos". Aceștia se atrag reciproc, mai cu seamă în baruri. Bărbatul numește femeile pe care le cunoaște „fetițe drăguțe", iar femeia îi numește pe bărbații pe care-i cunoaște „moșnegi libidinoși". Scenariul lui cere o fetiță, iar al ei, un moșneag libidinos, iar când se întâlnesc începe acțiunea, amândoi știind ce să-și spună după „bună ziua". Diferite femei trăiesc în lumi populate de lupi, bestii, vrăjitori, pisici, ticăloși, fraieri și nemernici, iar bărbații le văd ca pe niște păpuși, cățele, bucăți bune, puicuțe, parașute, curve și cururi. Toate astea sunt cuvinte din scenariu ce apar pe parcursul conversației sau al terapiei de grup.

Episoadele scenariului se centrează de obicei pe una sau alta dintre încăperile casei: camera copilului, baia, bucătăria, sufrageria și dormitorul, ele găsindu-și localizarea în expresii ca: „băutură din belșug", „tot rahatul ăla", „un adevărat ospăț", „toți oamenii aceia" și „dă-le pe spate". Fiecare dintre aceste încăperi are propriul vocabular, iar persoana rămasă blocată într-una din ele va folosi întruna expresiile adecvate. La fel de frecventă este camera de lucru, descrisă de expresia „Mișcă-ți fundul încoace!"

La oamenii care se luptă cu scenariul lor mai pot fi întâlnite și cuvinte ale contrascenariului. Jack, Sisiful despre care am vorbit în capitolul 12, a devenit jucător profesionist de baseball, în parte fiindcă asta-și dorea și în parte fiindcă l-a constrâns unchiul lui. Într-o zi, când doctorul Q îl asculta, a observat pentru prima oară puterea imensă din spatele cuvântului „nu", pe care Jack îl rostea frecvent, și un impact mai mic, dar tot izbitor, ori de câte ori Jack spunea „altceva". A simțit intuitiv, imediat, semnificația acestor doi termeni. De fiecare dată când spunea „nu", Jack servea mingea, și de fiecare dată când servea mingea, Copilul lui spunea „nu" — „*N-ai* să servești bine!" De fiecare dată când spunea „alt-

ceva", arunca pentru prima bază, și de câte ori arunca pentru prima bază, spunea „altceva": „Dacă nu pot servi în așa fel încât să te înving, o să încercăm altceva." Jack nu numai că a confirmat aceste intuiții, ci în plus a povestit că un antrenor i-a spus același lucru, într-un limbaj diferit: „Relaxează-te! Dacă arunci cu atâta putere de fiecare dată când servești, ai să-ți nenorocești umărul!" Și exact asta s-a și întâmplat până la urmă. La fel ca doctorul Q, antrenorul sesizase, cu ajutorul intuiției și experienței sale, că Jack servește cu furie și știa că asta nu ajută la nimic.

Antiscenariul lui Jack presupunea succesul ca jucător de baseball, iar în spatele aruncărilor sale profesioniste se afla o mare furie față de tatăl și de unchiul său pentru că-i poronciseră să fie un învins. Astfel, de fiecare dată când arunca mingea, se lupta cu propriul scenariu și încerca să-și croiască drum cu forța spre reușită. Asta-i oferea o viteză uriașă, iar antiscenariul îi conferea un control excelent. Îi lipsea un singur lucru: capacitatea de a se detașa puțin și de a-și adapta aruncările la contextul serviciului și al situației din acel moment a meciului. În cele din urmă, furia sa neadaptativă i-a adus exact răsplata pe care încerca s-o evite, așa că a trebuit să renunțe la baseball. Spiritul de observație intuitiv al Adultului din Copilul terapeutului, Profesorul, este cel mai prețios dintre instrumentele sale terapeutice. Sensibilitatea extremă a unui Profesor cu receptivitatea adecvată este demonstrată de faptul că doctorul Q a știut toate aceste lucruri în ciuda faptului că în toată viața lui fusese la un singur meci de baseball profesionist, cu toate că servise mingea în multe meciuri de softball de amatori.

4. *Metaforele*

Metaforele sunt strâns aliate cu cuvintele scenariului. Astfel, Mary avea două vocabulare metaforice diferite, separate. Într-unul, afirma că nu vede țărmul, că nu poate sonda nimic, că abia-și mai ține capul deasupra apei, traversează zile furtunoase și o copleșesc valuri de sentimente. Alteori, viața era un ospăț, îi venea să-și înghită cuvintele, avea bunătăți din belșug sau simțea amărăciune ori acreală pentru felul cum se fărâmițase prăjitura. S-a căsătorit cu un marinar și se plângea de obezitate. Când se simțea pe mare, tot limbajul ei era maritim, iar când făcea exces de mâncare, era în întregime culinar. Astfel, cădea din ocean în bucătărie și înapoi, iar problema terapeutului era s-o țină cu picioarele pe pământ. Metaforele sunt o extensie a scenei pe care se desfășoară scenariul, iar schimbarea metaforelor înseamnă schimbarea scenei. În cazul ei, apele furtunoase s-au dovedit a fi un ocean de furie.

5. *Frazele de securizare*

Unii oameni trebuie să parcurgă anumite ritualuri sau să facă anumite gesturi înainte de a începe să vorbească, pentru a se proteja sau a se scuza că iau cuvântul. Aceste ritualuri sunt adresate Părinților lor. Am amintit deja cazul lui Abelard, care-și strecura mâinile sub curea de fiecare dată înainte de a începe să vorbească. Era evident că-și apăra astfel testiculele de un atacator lăuntric, programat să-l atace în momentele când lăsa garda jos fiindcă vorbea cu cineva, așa că se ocupa întotdeauna de acea primejdie înainte de a se aventura să deschidă gura. În alte cazuri, aceste măsuri de securitate sunt înglobate în structura propoziției. Răspunsul la o întrebare de genul „Te înfurii vreodată pe sora ta?" poate conține diferite grade de protecție. „*Poate* m-am înfuriat" presupune ordinul Parental „Nu te angaja decisiv niciodată!" „*Cred că poate* m-am înfuriat" presupune două ordine Parentale: „Cum poți fi sigur?" și „Nu te angaja decisiv". De obicei, primul vine de la tată, iar al doilea, de la mamă. „*Cred că poate s-a întâmplat* să mă înfurii" conține o protecție triplă. Expresiile de securizare au în principal valoare de prognoză. F

mult mai ușor ca terapeutul să pătrundă printr-un singur strat de măsuri de securitate decât prin trei. „Cred că poate s-a întâmplat" seamănă cu Subjonctivul Berkeley și, la fel ca acesta, are menirea de a apăra și ascunde un Copil foarte mic și foarte temător, care nu e dispus să se deschidă prea ușor în fața nimănui.

6. *Subjonctivul*

Subjonctivul, căruia i se mai spune colocvial și „Subjonctivul Berkeley", conține trei elemente. Primul, expresiile „dacă" sau „o, dacă"; al doilea, folosirea de verbe la modul conjunctiv, cum ar fi „aș face", „ar trebui" și „aș putea". Subjonctivul Berkeley e cel mai dezvoltat în campusurile studențești. Fraza clasică este: „Ar trebui, și aș face-o dacă aș putea, dar...". Ea mai are alte două variante: „Dacă ei ar face asta, eu precis aș putea, și cred că probabil ar trebui, dar..." și „Ar trebui, și probabil că aș putea, dar în cazul ăsta ei ar..."

Atitudinea subjonctivă capătă aspect formalizat în titluri de cărți, teze, articole și lucrări studențești. Două exemple frecvent întâlnite sunt: „Factori implicați în..." (= o, dacă) sau „Către o teorie asupra..." (= Aș face dacă aș putea, și știu că ar trebui). În cazul extrem, titlul devine: „Câteva observații introductive privind unii factori implicați în obținerea de date către o teorie asupra..." — titlu într-adevăr foarte modest, din moment ce e clar că va fi nevoie să treacă vreo două sute de ani înainte ca teoria propriu-zisă să fie gata de publicare. E evident că mama acestui bărbat i-a spus să nu-și asume nici un risc. Probabil că următoarea sa lucrare se va intitula „Câteva observații intermediare privind... etc.", iar apoi „Câteva observații finale privind... etc.". După ce a rezolvat-o cu Observațiile, probabil că titlurile următoarelor sale lucrări se vor tot scurta. Pe la patruzeci de ani, va tunde remarcile introductive și va scoate la iveală a șasea lucrare, „Către o teorie asupra...", dar teoria propriu-zisă apare

rareori. Dacă totuși apare, în a șaptea lucrare, va exista și o a opta, intitulată: „Hopa! Scuze. Înapoi la abac." Individul e mereu pe drum, dar nu ajunge niciodată la stația următoare.

Asta nu e deloc amuzant pentru terapeutul care se apucă să trateze un om care scrie o lucrare cu un asemenea titlu. Pat se va plânge de asemenea că nu-și poate finaliza teza, că nu se poate concentra, are probleme sexuale și conjugale, e deprimat și are impulsuri suicidare. Dacă terapeutul nu găsește o cale de a modifica scenariul, terapia va urma exact cele opt etape descrise mai sus, fiecare etapă luând între șase luni și un an sau mai mult, terapeutul scriind ultima lucrare (cea cu „Hopa!") în locul pacientului. În limbajul scenariului, „către" înseamnă „să nu ajungi acolo". Nimeni nu întreabă: „Avionul ăsta merge către New York?" și puțini oameni vor vrea să călătorească cu un pilot care spune: „Da, ne îndreptăm către New York". Sau merge *la* New York, sau iei alt avion.

7. *Structura frazei*

Pe lângă subjonctiviști, mai există și oameni cărora le este interzis să termine ceva sau să ajungă la subiect, așa că atunci când vorbesc, „dau din gură". Frazele lor sunt pline cu conjuncții: „Ieri eram acasă cu soțul meu și... și... și atunci... și... și atunci..." Deseori, acești oameni au directiva „Să nu dezvălui vreun secret de familie!", așa că dau târcoale întruna secretului și se joacă cu el cât de mult pot, fără să-l dezvăluie.

Unii vorbitori au grijă să echilibreze totul: „Plouă, dar va ieși soarele curând." „Mă doare capul, dar cu stomacul mă simt mai bine." „Nu sunt niște oameni prea amabili, dar pe de altă parte par veseli." În acest caz, directiva pare a fi: „Nu privi nimic cu prea multă atenție." Cel mai interesant exemplu de acest tip a fost cel al bărbatului care s-a îmbolnăvit de diabet la vârsta de cinci ani și a fost învățat să-și echilibreze alimentația cu cea mai mare grijă. Când vorbea, cântărea tot atât de atent fiecare cuvânt și-și echilibra fiecare propoziție cu

foarte mare atenție și precizie. Din cauza acestor precauții, era foarte greu să-l asculți. Toată viața resimțise furie față de restricțiile nedrepte ce-i fuseseră impuse ca urmare a bolii, iar când se înfuria, vorbirea lui devenea extrem de dezechilibrată. (Implicațiile acestui fapt pentru psihologia diabetului trebuie clarificate prin studii ulterioare.)

Un alt tip de structură a propoziției este capătul liber, în care se folosesc din plin expresiile „și așa mai departe" și „etcetera". „Păi am mers la film și așa mai departe, iar pe urmă am sărutat-o și așa mai departe, și după aceea ea mi-a furat portmoneul, și așa mai departe." Din păcate, asta ascunde deseori o furie profundă față de mamă. „Păi mi-ar plăcea să-i spun ce părere am despre ea, etcetera." „În ce constă «etcetera»?" „De fapt mi-ar plăcea s-o tai bucăți." „Etcetera?" „Nu, fără «etcetera». Asta e etcetera." Structura frazei constituie un teren de studiu fascinant.

F. Tranzacțiile sub ștreang

Jack: M-am lăsat de fumat. De o lună nu m-am atins de țigări.

Della: Și câte kile te-ai îngrășat? He-he-he!

Toată lumea a zâmbit la acest sarcasm, în afară de Jack și doctorul Q.

Doctorul Q: Ei, Jack, chiar te faci bine! Nu te-ai lăsat atras în capcană de data asta.

Della: Și eu vreau să mă fac bine. Mi-a venit să-mi mușc limba pentru că am spus ce-am spus. Vorbea maică-mea. Încercam să-i fac lui Jack exact ce-mi face ea mie.

Don (membru nou): Ce-i așa de groaznic în replica aceea? O glumă nevinovată.

Della: Acum câteva zile a venit maică-mea pe la mine și a încercat să mi-o facă iarăși, dar n-am acceptat. Știu că a înfuriat-o! Mi-a zis: „Se vede bine că iar te îngrași, ha-ha!" Trebuia să râd și eu și să spun: „Mda, mănânc prea mult, ha-ha!", dar în loc de asta am spus: „Și tu ești cam dolofană." Atunci a schimbat subiectul și m-a întrebat: „Cum poți trăi într-o dărăpănătură ca asta?"

De aici se vede clar că pentru Della cea supraponderală, a asigura constant fericirea mamei echivalează cu a se îngrășa și a face haz pe tema asta, tragedia vieții ei, iar dacă nu râde, e impertinentă și-și face mama nefericită. Della ar trebui să se spânzure în timp ce se amuză copios împreună cu maică-sa.

Umorul macabru, „sub ștreang", e gluma sau ultimele cuvinte memorabile ale muribundului. După cum am remarcat anterior, mulțimile de spectatori la execuțiile prin spânzurare de la Tyburn sau Newgate din secolul al XVIII-lea admirau oamenii care mureau râzând. „Știi, eu am fost momeala, spune Daniel Atunci. Aveam toată treaba pusă la cale, dar ceva a mers prost. Ceilalți au scăpat, dar pe mine m-au înșfăcat, ha-ha-ha!" Iar mulțimea hohotește: „Ha-ha-ha!", savurând gluma în timp ce se deschide trapa, „jocul de-a păcăliciul mort". Danny pare să râdă de gluma sarcastică făcută de soartă pe socoteala lui, dar în adâncul sufletului știe cine e răspunzător și, de fapt, spune: „Ei bine, mamă (sau tată), mi-ai prezis că am să sfârșesc în ștreang, și iată-mă, ha-ha-ha!" Același lucru se întâmplă, la scară redusă, în aproape orice ședință de terapie de grup.

Danny Acum s-a născut într-o familie cu patru copii, dintre care nici unul nu a primit permisiunea să reușească. Părinții erau amândoi puțin necinstiți, în moduri acceptabile social, iar copiii au dus această tendință ceva mai departe. Într-o zi, Danny a povestit despre problemele pe care le-a avut la facultate. Rămăsese în urmă cu studiul și lucrările, așa că a plătit în avans un scriitor-fantomă să-i facă lucrarea de licență. Grupul a ascultat cu interes cum Danny și-a descris negocierile cu acest om și a povestit că acel scriitor-fantomă se angajase de asemenea să facă lucrări de licență pentru câțiva prieteni de-ai lui, toți plătind în avans. Ceilalți membri ai grupului au pus întrebări ici-colo, până când Danny a

ajuns în cele din urmă la miezul poveștii. Scriitorul și-a luat tălpășița în Europa, luând cu el toți banii și fără să lase în urmă vreo lucrare de licență. Auzind asta, grupul a izbucnit în hohote de râs, la care s-a alăturat și Danny.

Ceilalți au spus că întâmplarea li s-a părut amuzantă din două motive: în primul rând, felul cum a istorisit-o Danny, cu aerul că se așteaptă ca ei să râdă și ar fi dezamăgit dacă n-ar face-o, iar în al doilea rând, pentru că era genul de incident pe care se așteptau sau poate chiar sperau să i se întâmple lui Danny, ca urmare a felului complicat în care alegea să acționeze, în loc să-și îndeplinească obligațiile într-o manieră directă, cinstită. Știau cu toții că Danny e menit să eșueze și îi amuza să vadă cât efort depunea pentru asta. Au râs împreună cu Danny Acum, la fel cum mulțimea râdea împreună cu Danny Atunci. Ulterior vor fi cu toții deprimați din cauza asta, Danny mai mult decât toți. Râsul lui spunea: „Ha-ha-ha, mamă, m-ai iubit întotdeauna când aveam eșecuri, așa că, uite, am pățit-o iar!"

Adultul din Copil, Profesorul, are încă de la o vârstă fragedă sarcina de a asigura permanent mulțumirea mamei, așa încât ea să rămână alături de el și să-l apere. Dacă mama îl place și exprimă acest lucru printr-un zâmbet, el se simte în siguranță chiar și atunci când, de fapt, are probleme sau chiar îl pândește o primejdie de moarte. Crossman[136] prezintă mai detaliat acest lucru. În maternajul normal, spune ea, atât Părintelui mamei, cât și Copilului ei le plac copiii, așa că atunci când ea zâmbește, Părintele și Copilul ei sunt mulțumiți de odraslă, iar lucrurile vor decurge lin între ei. În alte cazuri, Părintele mamei zâmbește la băiatul ei pentru că așa trebuie, iar Copilul ei e furios pe el. Băiatul poate să intre în grațiile Copilului mamei și astfel să obțină un zâmbet, prin purtări pe care Părintele ei ar putea să le dezaprobe. Spre exemplu, demonstrând că e „rău" poate obține un zâmbet din partea Copilului, fiindcă astfel a dovedit că e ne-OK, iar asta-l mulțumește pe Copilul mamei — ceea ce am numit anterior „mama-vrăjitoare". Din toate acestea, Crossman

[136] Crossman, P. „Position and Smiling". *Loc. cit.*

conchide că atât scenariul, cât și antiscenariul pot fi considerate încercări de a determina zâmbetul mamei: antiscenariul, pentru zâmbetul aprobator al Părintelui mamei (și al tatălui), iar scenariul, pentru zâmbetul Copilului mamei, care se bucură de suferința sau confuzia bebelușului.

Așadar, umorul macabru apare când Danny „se trezește" cu ștreangul de gât, iar Copilul lui spune: „Zău că n-am vrut să sfârșesc așa! Cum am ajuns aici?" Atunci Mama (din mintea lui) zâmbește, iar el își dă seama că ea l-a băgat în situația fără ieșire. Are de ales între a înnebuni, a o omorî pe ea, a se sinucide sau a râde. În astfel de momente ar putea să-și invidieze fratele care a ales să ajungă în spitalul de psihiatrie sau sora care a ales să se sinucidă, dar el nu e pregătit pentru nici una din variantele astea — deocamdată.

Râsul sau zâmbetul de sub ștreang apare după un anumit tip de stimul și reacție, numit „tranzacția de sub ștreang". Exemplul tipic îl dă alcoolicul care n-a băut de șase săptămâni, lucru pe care-l știu toți cei din grup. Într-o zi vine și-i lasă pe ceilalți să vorbească o vreme. După ce și-au descărcat sufletul de toate problemele, astfel încât scena îi aparține acum complet, el spune: „Ghiciți ce s-a întâmplat în weekend!" O privire la chipul lui vag zâmbitor e destul ca toți să știe ce s-a întâmplat. Se pregătesc să zâmbească la rândul lor. Unul dintre ei deschide tranzacția de sub ștreang, întrebând: „Ce s-a întâmplat?" „Păi am băut un pahar și apoi încă unul, și până să mă dumiresc ce se petrece (începe să râdă, la fel și ceilalți), am dus-o trei zile tot într-o beție!" Steiner[137], care a descris pentru prima oară acest fenomen, se exprimă astfel: „În cazul Alcoolicului, White povestește publicului despre beția răsunătoare din săptămâna anterioară, iar publicul (incluzându-l poate și pe terapeut) radiază de încântare. Zâmbetul Copilului celor din public imită și întărește zâmbetul mamei-vrăjitoare sau al monstrului, care simte mulțumire când White se supune poruncii («Nu gândi, bea!»), și de fapt strânge și mai tare lațul din jurul gâtului lui."

[137] Steiner, C.M. „A Script Checklist". *Loc. cit.*

Râsul de sub ștreang (care rezultă dintr-o tranzacție sub ștreang) înseamnă că, dacă pacientul râde în timp ce relatează o întâmplare nefericită și mai cu seamă dacă ceilalți membri ai grupului râd și ei, respectiva întâmplare nefericită face parte din catastrofa scenariului pacientului. Când oamenii din jurul lui râd, ei întăresc recompensa, îi grăbesc prăbușirea și-l împiedică să se facă bine. Astfel, ispita parentală a dat roade, ha-ha.

G. Tipuri de râs

Se poate spune pe bună dreptate că analiștii de scenarii și grupurile lor se amuză mai mult decât oricine, chiar dacă se abțin să râdă la spânzurare sau când cineva își murdărește picioarele. Există mai multe tipuri de râs care prezintă interes în analiza scenariilor.[138]

1. Râsete conforme cu scenariul

a. „He-he-he" e chicotitul Parental al mamei-vrăjitoare sau al tatălui-monstru care conduce pe cineva, de obicei pe propria odraslă, pe calea presărată cu flori a disprețului și înfrângerii. „Câte kile ai pus pe tine? He-he-he!" (Uneori scris ha-ha.) Asta e râsul în ton cu scenariul.

b. „Ha-ha-ha" e chicotitul de umor îndurerat al Adultului. La fel ca în cazul lui Danny, el semnifică o revelație superficială. Din experiențele sale recente, Danny învățase să nu aibă încredere în scriitorii-fantomă, dar nu învățase prea multe despre el însuși și slăbiciunile sale, care-l vor conduce iarăși și iarăși în capcane similare, până când se va deschide trapa. Asta e râsul de sub ștreang.

138 Grotjan, M. *Beyond Laughter*. McGraw-Hill Book Company, New York, 1957.

c. „Hi-hi-hi" e râsul Copilului când pregătește un renghi. El intră realmente într-un joc de tipul „Hai să-l șmecherim pe Joey „, un adevărat joc al înșelătoriei, în care e ademenit să creadă că va păcăli pe cineva, dar de fapt ajunge el însuși victima. Spre exemplu, Danny Acum a spus „Hi-hi-hi" când un scriitor-fantomă i-a explicat cum ar putea să-i joace un renghi profesorului de engleză, dar apoi Danny a sfârșit în postura de victimă. Asta e râsul în ton cu jocul.

2. Râsete sănătoase

d. „Ho-ho-ho" e râsul Părintelui provocat de strădaniile Copilului de a reuși. E condescendent, binevoitor și util, cel puțin în ce privește problema imediată. De obicei vine de la oameni nu foarte profund implicați, care pot îndrepta responsabilitatea finală asupra altcuiva. El îi demonstrează copilului că există recompense pentru comportamentul care nu e în ton cu scenariul. Este râsul bunicului și al lui Moș Crăciun.

e. Mai există un tip de „Ha-ha-ha", mult mai din inimă și mai semnificativ. El înseamnă o revelație autentică din partea Adultului cu privire la felul cum a fost tras pe sfoară, nu de personaje exterioare, ci de propriul său Părinte și Copil. E similar cu ceea ce psihologii numesc „experiență aha" (deși eu personal n-am auzit pe nimeni, în afara psihologilor, care să spună „aha" într-o asemenea ocazie). E râsul descoperirii.

f. „Ua-ha" e râsul de amuzament pur al Copilului sau râsul sănătos, din burtă, al oamenilor mai în vârstă care au burtă. Apare doar la oamenii eliberați de scenariu sau care-și pot lăsa scenariul la o parte pentru momentul respectiv. E râsul spontan al oamenilor sănătoși.

H. Bunica

Nici un om care și-a cunoscut bunica nu e ateu, chiar dacă ea era atee, pentru că toate bunicile, bune sau rele, veghează

de undeva, de obicei în trecere spre Rai. În timpul ședințelor de terapie de grup (adesea și în timpul partidelor de pocher), bunica plutește într-un colț al camerei, aproape de tavan. Dacă Copilul pacientului nu are încredere deplină în Părintele său, în momentele de nevoie simte de obicei că se poate încrede în continuare în bunica sa, așa că va ridica privirea spre tavan în direcția ei, ca să obțină protecție și îndrumări de la prezența ei invizibilă. Să ne amintim că bunicile sunt chiar mai puternice decât mamele, deși ele apar rareori pe scenă — dar când o fac, au ultimul cuvânt. E un fapt binecunoscut cititorilor de basme, în care baba poate să binecuvânteze sau să blesteme prințul nou-născut, iar zâna cea rea sau zâna-nașă n-au puterea de a îndepărta binecuvântarea sau blestemul, ci doar de a le diminua. Astfel, în „Frumoasa din Pădurea adormită", babornița o condamnă pe prințesă să moară. Zâna cea bună modifică blestemul într-o sută de ani de somn — asta e tot ce poate face, căci, după cum spune chiar ea: „Nu am puterea să desfac cu totul ce a legat bătrâna."

Astfel, bunica reprezintă, în bine sau în rău, ultima instanță de judecată, iar dacă terapeutul reușește să desfacă blestemul aruncat asupra pacientei de mama ei, mai trebuie să se confrunte și cu bunica. În consecință, un terapeut bun trebuie să învețe și cum să se descurce cu bunicile răuvoitoare, nu doar cu mamele. În situațiile terapeutice, bunicile cred întotdeauna că au dreptate și justificare. Terapeutul trebuie să le vorbească ferm: „Chiar vrei ca Zoe să fie o învinsă? Chiar crezi că protestul tău va fi bine primit la Cartierul General dacă le spui celor de acolo adevărul? Adevărul este că eu nu-ți seduc nepoata în nici un sens rău, ci de fapt îi dau permisiunea de a fi fericită. Orice le-ai spune la Cartierul General, ține minte că psihiatrii tot de acolo vin, și vor fi ascultați. Zoe nu poate să vorbească în nume propriu împotriva ta, dar eu pot să vorbesc în numele ei."

În cele mai multe cazuri, bunica e cea care hotărăște ce fel de cărți primește Jeder când joacă pocher. Dacă el are grijă să fie în termeni buni cu ea, cu siguranță nu va pierde, ci de obicei va câștiga. Dacă o supără cu gândul sau cu fapta, va pierde negreșit. Dar trebuie să nu uite că și ceilalți jucători au bunici, care s-ar putea să fie la fel de influente ca a lui. În plus, ceilalți s-ar putea să fie în relații mai bune cu bunica lor decât este el cu a lui.

I. Tipuri de protest

Principalele tipuri de protest sunt furia și plânsul. Majoritatea terapeuților care lucrează cu grupuri le țin la mare preț, ca „expresii ale sentimentelor reale", în timp ce râsul, dintr-un motiv sau altul, nu e la fel de prețuit, iar uneori e chiar dat la o parte, pe motiv că nu exprimă un „sentiment real".

Din moment ce furia este, în aproximativ 90% din situații, o „concesiune" încurajată de Părinte, adevărata întrebare e: „La ce servește să te înfurii?" Cu mânia rareori se realizează ceva ce n-ar putea fi făcut mai bine fără ea, iar prețul nici măcar nu merită plătit: patru-șase ore de metabolism perturbat și, posibil, mai multe ore de insomnie. Punctul crucial în presiunea ulterioară exercitată de furie apare când Jeder nu-și mai spune sieși sau prietenilor „Ar fi trebuit să..." (folosind timpul trecut), ci trece la „Aș vrea să..." (folosind timpul prezent). Această furie „cotită" e aproape întotdeauna direcționată greșit. Regula pentru furia „cotită" e aceeași ca regula pentru cuvintele de spirit „cotit". „Dacă n-ai spus-o pe loc, nu te întoarce ulterior s-o spui; e foarte probabil ca intuiția ta să fi fost de la bun început corectă." Cea mai bună politică e să aștepți până la următoarea ocazie, iar atunci, dacă ești într-adevăr pregătit să te descurci mai bine, te vei descurca mai bine.

Faza timpului prezent („Aș vrea să...") are de obicei durată scurtă, și în curând intervine timpul viitor: „Data viitoare am să..." Asta semnalează trecerea de la Copil la

Adult. Sunt ferm convins (fără dovezi chimice) că trecerea de la trecut la viitor coincide cu o modificare în chimia metabolismului, o simplă schimbare la nivelul unui radical mic dintr-o substanță hormonală complexă — un proces simplu de neutralizare sau de oxidare. Trecând de la trecut la viitor în indignarea ei, individul își spune: „Mă calmez" sau cineva îi spune: „Acum ești mai rațional." Dar de fapt nici nu „se calmează", nici nu „este", ci pur și simplu reacționează la o modificare metabolică banală.

În aproape toate cazurile, furia face parte dintr-un joc de-a „Acum te-am prins, ticălosule!" (ATPT). („Mulțumesc că-mi oferi un pretext să mă înfurii.") Jeder, de fapt, e mulțumit că i s-a făcut o nedreptate, din moment ce poartă în cârcă un sac cu furie încă din copilăria mică și e o ușurare să mai descarce din ea în mod justificat. („Cine nu s-ar înfuria în asemenea condiții?") Întrebarea care se pune este dacă abreacția e benefică. În urmă cu multă vreme, Freud spunea că nu ajută. În prezent însă, pentru mulți terapeuți care lucrează în grup, ea marchează ședințele de grup „bune" și conduce la consfătuiri profesionale însuflețite. Toată lumea e încântată, înveselită și ușurată când un pacient „își exprimă furia". Terapeuții care-și încurajează pacienții sau chiar le cer să facă acest lucru simt un mare dispreț față de colegii lor mai puțin înclinați spre asemenea incursiuni și nu ezită deloc să și-l exprime. Reducerea la absurd în această atitudine se găsește în următoarea relatare a unui pacient imaginar: „Am folosit un mijloc de transport public ca să ajung în zona în care lucrez și am decis că astăzi, în comunicarea mea cu persoanele cu autoritate, îmi voi exprima adevăratele simțăminte. Așa că am strigat la șeful meu și mi-am aruncat mașina de scris pe fereastră. El a fost foarte bucuros și mi-a spus: «Mă bucur că în sfârșit comunicăm și că-ți exprimi liber ostilitatea. Asta e genul de angajat pe care ne place să-l avem. Am observat că ți-ai lichidat un coleg de serviciu care se afla din întâmplare sub fereastră, dar nădăjduiesc că asta nu-ți va trezi sentimente de vinovăție care să devină o piedică și să ne influențeze negativ interacțiunea.»"

Distincția dintre furia-concesiune și furia autentică e adesea ușor de făcut. După furia ATPT, pacientul zâmbește, pe când furia autentică, de obicei, e urmată de plâns în ședința de grup. În orice caz, pacienții trebuie să înțeleagă că nu li se permite să arunce obiecte, să se atace sau să se lovească unii pe alții în ședința de terapie. Orice încercare de acest gen va fi oprită prin mijloace fizice și, cu excepția cazurilor speciale, pacientul care face așa ceva va fi scos din grup. Există însă unii terapeuți care acceptă să-și lase pacienții să-și exprime fizic furia și au dotările și personalul necesare pentru a face față posibilelor complicații.

Și plânsul e o concesiune în majoritatea cazurilor, ba poate fi chiar o reprezentație dramatică. Modul cel mai bun de a stabili cum stau lucrurile îl reprezintă reacția celorlalți membri ai grupului. Dacă aceștia se simt iritați sau din cale-afară de înduioșați, probabil că lacrimile sunt false. Plânsul autentic determină de obicei o tăcere plină de respect și reacții autentice de milă tragică, aristotelică.

J. Povestea vieții tale

Una dintre narațiunile cele mai instructive pentru analistul de scenarii din câte s-au scris vreodată este *Ciudata viață a lui Ivan Osokin*, aparținându-i binecunoscutului mistic P.D. Uspenski. Lui Ivan Osokin i se oferă șansa de a-și retrăi viața, făcându-i-se predicția că va comite iarăși aceleași greșeli și va repeta toate purtările pe care le regretă. Eroul răspunde că n-ar fi mare mirare, din moment ce îi vor lipsi amintirile cu privire la evenimentele pe care le-a trăit și, prin urmare, n-ar avea cum să-și evite greșelile. I se spune că, dimpotrivă, contrar politicii obișnuite în astfel de cazuri, i se va permite să-și amintească totul și, chiar și așa, va face aceleași greșeli. El

acceptă, în aceste condiții, și într-adevăr, cu toate că poate anticipa fiecare dezastru pe care-l provoacă în viața sa, își repetă purtarea dinainte, după cum demonstrează cu artă și convingător autorul. Uspenski atribuie acest lucru forței destinului, iar analistul de scenarii va fi de acord cu el, adăugând doar că destinul i-a fost imprimat prin programare în primii ani de viață, de către părinți, și n-a venit de la o forță metafizică ori cosmică. Așadar, poziția analistului de scenarii este aceeași ca a lui Uspenski: fiecare individ e constrâns de scenariul său să repete la nesfârșit aceleași modele de comportament, oricât de mult le regretă consecințele. De fapt, regretul e în sine un motiv de a le repeta și, de fapt, le repetă tocmai ca să adune regrete.

Imaginea poate fi completată amintind o altă narațiune: „Ciudatul caz al lui M. Valdemar", de Edgar Allan Poe. M. Valdemar e hipnotizat chiar înainte să moară și supraviețuiește vreme îndelungată. În cele din urmă, e scos din transa hipnotică și imediat, sub ochii privitorilor îngroziți, se transformă într-un cadavru în putrefacție, exact starea în care s-ar fi aflat dacă ar fi murit în ziua când fusese hipnotizat. Cu alte cuvinte, „s-a ajuns din urmă". În termeni de scenariu, și acest lucru e un fapt cotidian. Copilul este hipnotizat, la propriu, de părinții săi să urmeze un anumit model de viață. El va manifesta toate semnele de vitalitate cât de mult timp îi e omenește posibil, până când destinul prevăzut de scenariul său se împlinește. După aceea se poate să se descompună foarte rapid. De fapt, pentru mulți oameni, scenariul ține loc de „proptele" și imediat ce scenariul este împlinit, ei se deteriorează. După cum am remarcat, asta e soarta multor oameni vârstnici sau „pensionați" din lumea întreagă (și nu doar în „societatea noastră", cum se susține de obicei).

Scenariul propriu-zis se află sub protecția Zeiței Necesității, „sublima *Ananke*", cum o numea Freud. În limbaj psihanalitic, e propulsat de compulsia la repetiție, compulsia de a face la nesfârșit același lucru. Astfel, un scenariu scurt poate fi repetat de nenumărate ori pe parcursul unei vieți (o femeie se căsătorește pe rând cu mai mulți alcoolici, pornind de fiecare dată de la premisa că va fi altfel; un bărbat se căsătorește pe rând cu mai multe femei bolnave, traversând astfel o întreagă serie de văduvii îndurerate). În plus, întregul scenariu se poate repeta anual sub o formă diluată (depresia de Crăciun datorată dezamăgirii), în contextul mai cuprinzător al scenariului întregii vieți (în cele din urmă, sinuciderea datorată unei dezamăgiri foarte mari). De asemenea, se poate repeta în fiecare lună a anului (dezamăgirile menstruale). Și, dincolo de astea, se poate repeta de asemenea în fiecare zi, într-o versiune de mai mici proporții. Chiar mai microscopic, poate fi parcurs într-o oră: spre exemplu, dacă terapeutul știe ce să observe, poate constata cum întregul scenariu se derulează, în formă diluată, pe parcursul ședințelor săptămânale de terapie de grup, săptămână după săptămână. Uneori, câteva secunde de activitate sunt suficiente pentru a dezvălui „povestea vieții pacientului". Am dat în altă parte un exemplu al celei mai frecvent întâlnite forme a ceea ce am putea numi „Pripeală și stângăcie" — și „Revenire rapidă".[139]

„Doamna Sayers și-a întins brațul prin dreptul pieptului doamnei Catters ca să ia o scrumieră aflată la capătul mesei. Când și-a retras brațul, și-a pierdut echilibrul, cât pe ce să cadă de pe canapea. Și-a revenit înainte de a fi prea târziu, a râs în semn de autodezaprobare, a murmurat «Scuze!» și și-a văzut mai departe de fumat. În această clipă, doamna Catters și-a desprins atenția de la domnul Troy suficient cât să murmure: «Pardon!»"

Aici se află, condensată în câteva secunde, povestea vieții doamnei Sayers. Ea încearcă să fie atentă, dar se poartă stângaci. E la un pas de necaz, dar e salvată la momentul potrivit. Își cere scuze, dar ulterior altcineva își asumă vina. Aproape că poți vizualiza cum tatăl-bestie îi spune să cadă sau o împinge (scenariul), iar mama o salvează în ultima fracțiune de secundă (contrascenariul). Pe urmă ea își cere scuze politi-

139 Berne, E. *Transactional Analysis in Psychotherapy. Loc. cit.*, pp. 123 și urm.

cos pentru stângăcie. (A învățat în copilărie că merită să fie stângace ca să păstreze iubirea tatălui, fiindcă asta voia el; mai mult, stângăcia îi oferea pretextul să-și ceară scuze, tocmai asta fiind una dintre puținele ocazii în care el o asculta și-i recunoștea existența.) Apoi apare întorsătura scenariului, care transformă întregul episod într-o dramă, în loc să fie un simplu inventar al ghinioanelor: *altcineva* își asumă în final vina și-și cere scuze chiar mai sincer. Avem aici o ilustrare clasică a triunghiului lui Karpman[140] pentru categorizarea scenariilor și a dramelor din teatru (figura 12, capitolul 10).

K. Comutările din scenariu

Potrivit lui Karpman, orice acțiune dramatică poate fi rezumată sub forma comutărilor între trei roluri principale: Victimă, Persecutor și Salvator. Aceste comutări survin cu viteze diferite și pot merge în oricare direcție. În drama „Pripeală și stângăcie" — și „Revenire rapidă" — avem un set de comutări foarte rapide. La început, doamna Sayers îi are pe Tată (în minte) ca Persecutor (o „împinge"), pe Mamă ca Salvator („o salvează de la cădere"), ea însăși fiind Victima. Așa arată triunghiul în mintea ei, scenariul din cap. În scenariul-acțiune, ea devine Persecutor înghiontind-o pe doamna Catter, care devine Victimă. Își cere scuze, dar doamna Catters, la rândul ei (în conformitate cu nevoile *propriului* scenariu), face o comutare foarte rapidă și, în loc să se poarte ca o Victimă, își cere scuze, ca și cum *ea* ar fi făcut ceva greșit, preluând astfel rolul Persecutorului.

Prin acest set condensat de tranzacții aflăm foarte multe despre povestea a două vieți. În mod obișnuit, doamna Sayers dă impresia de victimă plângăreață; acum e clar că poate face comutarea în rolul Persecutorului, cu condiția să se întâmple „accidental" și să-și ceară scuze. Scopul scenariului „Pripeală și stângăcie" constă în a scăpa de povara responsabilității, determinând-o pe Victimă să-și ceară scuze. Doamna Sayers a găsit un personaj complementar de scenariu în persoana doamnei Catters, al cărei scenariu, evident, poartă un nume de genul „Lovește-mă, iar eu o să-mi cer scuze" sau „Îmi pare rău că fața mea s-a băgat în calea pumnului tău" — scenariul tipic pentru soția unui alcoolic.

[140] Karpman, S. „Fairy Tales and Script Drama Analysis". *Loc. cit.*

Danny, tânărul fără lucrare de licență, a parcurs de asemenea drama vieții sale când și-a povestit întâmplarea. După cum observam anterior, numele jocului său preferat și totodată titlul scenariului său este „Hai să-l șmecherim pe Joey". Danny cunoaște un Salvator prietenos, care se oferă ca, în schimbul unei sume, să-l ajute să-i joace o festă Victimei, profesorul. În cele din urmă, Danny ajunge pe post de Victimă, iar Salvatorul cel prietenos se dovedește a fi un escroc sau un Persecutor mai abil decât Danny. Profesorul, care inițial urma să joace, fără știre, jocul Victimei, trebuie acum să preia rolul Salvatorului lui Danny, care îi cere ajutorul ca să poată absolvi. Asta e povestea vieții lui Danny. E învins când încearcă să joace o festă și sfârșește ca martir; dar cum toată lumea își dă seama că și-a pregătit singur căderea, în loc de compătimire obține râsete. Eșuează nu doar în a-și îndeplini sarcina, ci și în a fi martir. Asta e singurul lucru care-l împiedică să încerce să-și ia viața. Știe că dacă încearcă, ori va încurca lucrurile într-o manieră rizibilă, ori, dacă reușește, se va întâmpla ceva care va face întregul sacrificiu să pară amuzant. Chiar și tentativele lui pe terenul psihozei sunt neconvingătoare și au drept singur efect râsul pe care-l stârnesc celorlalți membri ai grupului. Mama lui i-a dat drept scenariu o capcană bine intenționată. L-a instruit: „Uite, ai să eșuezi în toate. N-are nici un rost să te chinui, fiindcă n-ai să reușești nici măcar să înnebunești sau să te sinucizi, așa că du-te în lume și încearcă o vreme, iar după ce te convingi, întoarce-te la mine, ca un băiat cuminte, iar eu o să am grijă de toate."

În asta constă una dintre recompensele terapeutului care urmărește toate mișcările fiecărui pacient în fiecare clipă a

ședinței de grup. El poate să observe că unul dintre pacienți își traversează scenariul, în formă condensată, pe parcursul a câteva secunde. Acele câteva secunde pot desfereca pe deplin cazul, spunându-i povestea vieții pacientului, când altfel ar trebui să trudească luni sau ani de zile pentru a o scoate la lumină și a o clarifica. Din păcate, nu există regulă care să spună cum îți dai seama când se întâmplă acest lucru. Probabil că el se întâmplă cu toți pacienții, la toate ședințele de grup, sub o formă sau alta, deghizată ori codificată mai mult sau mai puțin. Ca urmare, detectarea ei depinde de cât de pregătit e terapeutul să înțeleagă ce se petrece, iar asta ține de intuiția lui. Când intuiția sa e pregătită nu doar să înțeleagă ce face pacientul, ci și să comunice acea înțelegere Adultului său, terapeutul va reuși să recunoască scenariul pacientului atunci când îl va vedea — inclusiv rolurile jucate de el și de ceilalți membri ai grupului. Cum cunoașterea rolurilor e esențială pentru a desfășura cu succes tratamentul, acesta va fi subiectul capitolului următor.

Capitolul 18
SCENARIUL DE VIAȚĂ ÎN TERAPIE

A. Rolul terapeutului

Am arătat deja cum ajunge pacientul să opteze pentru un anumit terapeut, dacă are de ales. Dacă nu are de ales, va încerca să-l manevreze pe cel la care e trimis, în așa fel încât acesta să îndeplinească rolul cerut de scenariul său. Odată ce trece de faza preliminară, va încerca să-l facă pe medic să ocupe locul rezervat în copilărie „magicianului", astfel încât să obțină de la el genul de magie de care are nevoie: „știință", „supă de pui" sau „religie". În timp ce Copilul pacientului pune la cale jocurile și episoadele din scenariu necesare pentru aceasta, Adultul lui va încerca să obțină din terapie ce revelații poate. Cu cât terapeutul recunoaște mai curând rolul pe care se așteaptă pacientul să-l joace și poate anticipa drama de scenariu pe care acesta va încerca, la momentul ales de el, s-o aducă în punctul culminant, cu atât va reuși să-l ajute mai eficient să iasă din lumea scenariului și să intre în cea reală, în care se poate se vindeca în loc să facă simple progrese.

B. Dozarea jocului

Mulți clinicieni au afirmat că „nevroticul" nu vine la terapie ca să se facă bine, ci pentru a învăța cum să fie un nevrotic mai bun[141]. Analistul de jocuri face o afirmație simi-

[141] Lorand, S. *Technique of Psychoanalytic Therapy.* International Universities Press, New York, 1947.

lară: pacientul vine nu ca să învețe cum să se comporte cinstit, ci să învețe cum să-și joace mai bine jocurile. În consecință, va abandona terapia dacă terapeutul refuză complet să joace și, de asemenea, dacă terapeutul e un fraier și poate fi tras pe sfoară prea ușor. În această privință, jocurile tranzacționale seamănă cu șahul: pe jucătorul de șah pasionat nu-l interesează oamenii care nu vor să joace deloc și nici cei care nu reprezintă cât de cât o provocare. Într-un grup de terapie, un jucător confirmat de „Alcoolicul" se va înfuria dacă nimeni nu se oferă să-l salveze ori să-l persecute, sau să joace rolul manipulatului ori al relației, și va pleca în scurt timp. Va pleca și dacă salvatorii sunt prea sentimentali ori persecutorii prea vehemenți, pentru că dacă-i agață din cale-afară de ușor, nu-i nici o distracție. La fel ca oricare alt jucător, preferă puțină finețe și o oarecare reticență din partea partenerilor sau adversarilor săi. Dacă aceștia se implică prea tare, ca Armata Salvării, s-ar putea ca el să nu rămână prea mult timp.

De asemenea, pacientul ar putea să se retragă de la Alcoolicii Anonimi dacă simte că asociația nu-i oferă nici o provocare reală, cu afirmațiile sale de genul „Nu e vina ta, e o boală" și cu amenințările cu „Ficatul de lemn". Doar dacă rămâne suficient cât să treacă de etapa asta va începe să-i aprecieze adevărata valoare. Synanon are mai mult succes jucând dur și spunând: „Nu e o boală, faptul că ești un iubitor de droguri e responsabilitatea ta." Așadar, jucătorul de „Alcoolicul" poate să renunțe la AA și să încerce la medicul de familie, care nu e atât de sigur că e o boală. Dacă e pus pe treabă serios, se va adresa unui psihoterapeut, chiar unuia care spune că nu e câtuși de puțin o boală. Dacă e pregătit să se facă bine, va căuta poate un analist de scenarii sau va da întâmplător peste unul, iar apoi, dacă lucrurile merg cum trebuie, se poate trezi că abandonează jocul.[142]

142 Steiner, C.M. *Games Alcoholics Play. Loc. cit.*

Jucătorii de „E numai vina lor", și mai cu seamă cei din tipul Societateanoastră*, se comportă în același mod. Terapeutul care refuză net să joace și are pretenție la responsabilitate individuală în loc de Societateanoastră îi va pierde în scurt timp. Dacă terapeutul crede prea tare în Societateanoastră, terapia degenerează în ocupația de timp liber „Ce groaznic, nu-i așa?", desfășurată de el și de pacient. Majoritatea pacienților de acest fel se plictisesc de asta după o vreme și se mută la alt terapeut, care le vine măcar cu un contraargument de formă susținând psihodinamica sau autoevaluarea. Asta se întâmpla deseori în anii 1930, când tinerii „comuniști" mergeau la terapeuți „comuniști", dar renunțau în scurtă vreme la ei, în favoarea altora mai convenționali. Dacă terapeutul resimte vinovăție pe motiv de Societateanoastră, va alcătui o alianță cu pacientul în loc să-l trateze; nimic rău în asta, numai că n-ar trebui să se cheme terapie.

Comisia, Instituția și Omul există cu adevărat, dar domnul Societateanoastră, care e învinuit pentru atâtea, e doar un mit. Fiecare individ are propria-i societate, în care există atât prieteni, cât și dușmani. Psihiatria nu se poate lupta cu Comisia, cu Instituția sau cu Omul, ci doar cu ceea ce se află în mintea pacientului. Terapeutul și pacientul vor trebui să accepte asta, mai devreme sau mai târziu. Tratamentul psihiatric, la fel ca toate tratamentele medicale, poate fi eficient doar în condiții decente rezonabile. În cazurile când „E numai vina lor" înseamnă un stomac gol, fotoliul sau canapeaua nu-și au locul, dar dacă e un joc, trebuie să i se pună capăt mai devreme sau mai târziu, iar măiestria terapeutului constă în a face acest lucru fără a-l îndepărta pe pacient. Dusay[143]

* Berne folosește termenul *Arsisiety*, intraductibil ca atare, dar cu mult umor, făcând trimitere la termenii colocviali *arse* și *sissy* și sugerând lașitatea celor care dau vina mereu pe alții pentru problemele lor. (*N.t.*)

143 Dusay, J.M. „Response in Therapy". *Transactional Analysis Bulletin*, 5: 136-37, Aprilie 1966.

oferă un excelent rezumat al modurilor în care pot fi abordate jocurile în terapie.

Așadar, dozarea jocului, cu conținutul și momentul alese adecvat în funcție de fiecare pacient, va hotărî dacă acesta continuă sau nu terapia.

C. Motive pentru terapie

De obicei, pacientul vine la terapie din două motive, nici unul nepunându-i scenariul în pericol. Adultul său vine ca să afle cum să trăiască mai confortabil în contextul scenariului. Exemplul cel mai fățiș îl reprezintă homosexualul, bărbat sau femeie, care face de obicei o declarație sinceră în această privință. Bărbatul homosexual, de pildă, nu vrea să-și părăsească lumea scenariului, populată cu femei care sunt fie complotiste periculoase, detestabile, fie niște ciudate nevinovate și uneori prietenoase. Vrea doar să trăiască mai confortabil în acea lume și doar rareori își dorește să vadă femeile ca pe niște oameni reali. Alte obiective terapeutice de aceeași natură sunt: „Cum să trăiești mai confortabil în timp ce te izbești cu capul de un zid", „Cum să trăiești mai confortabil în timp ce te agăți de pereții unui tunel", „Cum să-i împiedici pe alții să facă valuri când ești până la gât în Râul de Rahat" și „Cum să fii mai necinstit decât oamenii necinstiți când întreaga lume e Împărăția Necinstei". Orice încercare viguroasă de a modifica lumea scenariului trebuie amânată până când pacientul e instalat ferm în terapie și înțelege cum se potrivește ea în contextul scenariului său.

Pe lângă dorința Adultului de a trăi mai confortabil, există și alt motiv, mai imperativ, al Copilului, care-l aduce pe pacient la terapie: acela de a progresa cu scenariul, prin tranzacțiile cu terapeutul.

D. Scenariul terapeutului

Pacienta seducătoare e cel mai frecvent întâlnit exemplu în această privință. Câtă vreme ea îl poate seduce pe terapeut, oricât de subtil sau de spiritual, el își joacă rolul și nu va putea s-o vindece. În aceste condiții, ea poate face tot felul de „progrese" ca să-l mulțumească pe el și să se gratifice sau chiar să se ajute pe ea însăși, dar el nu va reuși s-o determine să „sară" din scenariu în lumea reală. Acest fapt reprezintă temelia autentică a „rezervei analitice" sau a „abstinenței analitice" de care vorbea Freud. Păstrându-și independența față de manevrele pacientei și rezumându-se strict la sarcina lui de a-i analiza rezistențele, dificultățile instinctuale și, când situația o cere, transferul, analistul evită posibilitatea de a fi sedus fizic, psihic sau moral. Contratransferul înseamnă nu doar că analistul joacă un rol în scenariul pacientei, ci și că ea joacă un rol în scenariul lui. În acest caz, fiecare obțin de la celălalt reacțiile conforme cu scenariul, iar rezultatul este „situația haotică" despre care analiștii spun că face imposibil progresul analizei spre obiectivul ei.

O cale simplă de a evita majoritatea acestor dificultăți constă în a întreba pacienta chiar de la început, când se stabilește contractul: „Mă vei lăsa să te vindec?"

La polul opus se află terapeutul care are relații sexuale propriu-zise cu pacientele sale, lucru care e posibil să le ofere amândurora o plăcere considerabilă, atât legată de scenariu, cât și sexuală, dar face imposibil ca vreunul dintre ei să obțină beneficii de pe urma terapiei. La mijloc se află tehnica terapeutului care-i spune pacientei că-l excită sexual, pe motiv că astfel „comunicarea" lor se va îmbunătăți. Cu siguranță că se va îmbunătăți și, dacă momentul e potrivit, demersul poate să prelungească terapia dacă pacienta nu fuge speriată, dar n-o ajută cu nimic să iasă din scenariu, din moment ce este doar o recunoaștere din partea terapeutului că ea se încadrează în planul lui de viață. În cazul cel mai frecvent întâlnit, când pacienta șade cu genunchii depărtați,

procedura adecvată constă nu în a avea „o discuție deschisă" despre fanteziile sexuale ale terapeutului, ci în a-i spune să-și aranjeze fusta. După înlăturarea ispitei, terapia poate să-și urmeze cursul util, fără a fi afectată de un joc „Viola". La fel, dacă pacienta șade cu mâinile la ceafă, scoțându-și în evidență sânii sub nasul terapeutului, el poate spune „Impresionant!" sau „Minunat!", lucru care, de cele mai multe ori, va readuce lucrurile la perspectiva cuvenită. Dacă bărbatul homosexual șade cu picioarele larg desfăcute, ca să-și arate dotarea, terapeutul poate să spună: „Ești impresionant de dotat. Revenind la diareea ta..." etc. Dacă pacientul replică: „'Te-n cur!", răspunsul e: „Nu pe mine. Eu sunt aici ca să te fac bine. Cum e cu diareea?"

E. Predicția rezultatului

Prima sarcină a terapeutului constă în a afla ce rol din scenariul pacientului i se potrivește și ce se presupune că se va întâmpla între ei. Un bun exemplu este cel al pacientului a cărui directivă de scenariu spune: „Poți să mergi la un psihiatru câtă vreme nu te vindeci, fiindcă la sfârșit va trebui să te sinucizi." Pacientul găsește cât amuzament poate în acest destin sumbru, jucând „Acum îmi spune". De obicei, acest joc poate fi anticipat judecând după antecedentele pacientului, mai ales dacă a fost și la alți terapeuți. Întâmplările care au condus la terminarea terapiilor anterioare trebuie explorate în detaliu. Când terapeutul simte că se află pe teren ferm, poate folosi antiteza descrisă anterior, care constă pur și simplu în formularea unei predicții directe privind rezultatul: „Ai să vii aici vreme de șase luni sau un an, iar la sfârșitul unei ședințe ai să spui «Apropo, e ultima oară când vin». Putem amândoi să evităm să ne irosim șase luni din viață renunțând la cursul ăsta acum, pe loc. Sau, dacă preferi să-l urmezi, n-am nimic împotrivă, fiindcă eu oricum pot învăța câte ceva prin prezența ta."

E mult mai bine așa, decât să aștepte până când pacientul își depune demisia și abia atunci să spună (puțin înțepat): „Poate ai face bine să vii și să discutăm înainte de a lua o decizie atât de importantă" sau ceva de genul ăsta. E prea târziu, iar terapeutul și-a demonstrat deja prostia, așa că de ce ar continua pacientul să vină la un individ pe care-l poate trage pe sfoară atât de ușor? Treaba terapeutului e să prevadă ce se va întâmpla, nu să încerce pe urmă să dreagă lucrurile.

O cale simplă de a evita multe dintre dificultățile descrise în ultimele patru secțiuni constă în a întreba pacientul încă de la început, imediat ce a fost stabilit contractul: „Ai să mă lași să te ajut să găsești leacul?"

Pe scurt, terapia are trei rezultate posibile:

1. Terapeutul poate să joace un act sau o scenă în scenariul pacientului, după care acesta pleacă „fără îmbunătățirea stării", „cu stare îmbunătățită" sau „cu stare mult îmbunătățită". Dar într-un asemenea caz, pacientul nu va fi vindecat.

2. Pacientul poate să aibă un scenariu de tip „Până când": „Nu ai voie să reușești până când nu îndeplinești anumite condiții." Eliberarea internă (antidotul vrăjii) cea mai frecvent întâlnită este cea amintită anterior: „... până când ajungi la o vârstă mai înaintată decât cea pe care o avea tatăl tău (mama, fratele, sora) când a murit." Asta e o eliberare în „timp-cronometru". Odată ce îndeplinește condiția, pacientul are permisiunea să se facă bine, așa că indiferent la cât de mulți terapeuți neputincioși a fost anterior, norocosul care-l preia la momentul respectiv va putea să-și treacă pe răboj un succes (doar dacă nu comite vreo eroare grosolană). Din moment ce pacientul este acum „pregătit pentru terapie" și „gata să se facă bine", aproape orice terapeut rezonabil de competent și de discret îl poate vindeca. La fel, când Frumoasa din Pădurea adormită e gata să se trezească, aproape oricare prinț e bun, din moment ce eliberarea este prevăzută în scenariul ei.

Scenariul „Până când" cu eliberare condiționată de „timp-obiectiv" poate fi mai dificil. De exemplu, „N-ai voie să te faci bine până când nu găsești un terapeut care să te întreacă în isteţime (sau care e mai deștept decât mine, tatăl tău)." Într-un asemenea caz, terapeutul ar putea să trebuiască să dezlege o ghicitoare („Asta trebuie să ghicești") sau să execute alt gen de sarcină magică. Se poate ca pacienta să treacă pe la mulți terapeuți până să-l găsească pe cel care știe dezlegarea. Terapeutul se află în situația prințului care trebuie să dezlege ghicitoarea sau să îndeplinească misiunea ce-i va aduce mâna prințesei, iar în caz contrar, să-și piardă capul. Dacă el descoperă secretul, pacienta e eliberată de sub puterea vrăjii tatălui ei (sau a mamei-vrăjitoare). Asta înseamnă că, din clipa aceea, are permisiunea de a se face bine, pentru că ruperea vrăjii e prevăzută în scenariu, exact așa cum e prevăzută și în basm.

3. Al treilea caz este cel în care scenariul decretează că pacientul trebuie să nu se facă bine niciodată, dar terapeutul reușește să îndepărteze acest blestem. Pentru asta e nevoie de o uriașă putere și abilitate din partea lui. Trebuie să câștige încrederea deplină a Copilului pacientului, din moment ce reușita se produce numai și numai când Copilul are mai multă încredere în el decât în părintele care a dictat scenariul. În plus, terapeutul trebuie să cunoască temeinic antitezele (interceptările) scenariului și, de asemenea, să știe când și cum să le aplice.

Diferența dintre antidotul vrăjii (eliberarea internă sau ștergerea — în original, *cutout*) și antiteza scenariului (interceptarea — în original, *cutoff*) poate fi ilustrată astfel: Frumoasa din Pădurea adormită a fost condamnată să doarmă o sută de ani, după care va putea să-și reia viața (se pare), cu condiția s-o sărute un prinț. Sărutul prințului reprezintă eliberarea internă sau ștergerea: remediul prevăzut în scenariu pentru a ridica blestemul. Dacă ar fi venit un prinț după numai douăzeci de ani și ar fi spus: „La drept vorbind, nu trebuie să zaci acolo" (și treaba ar fi funcționat), asta ar fi constituit antiteza scenariului sau interceptarea: un element din afară, neprevăzut în scenariu, ce poate să anihileze scenariul.

F. Antiteza scenariului

Tot ce s-a spus până acum reprezintă doar o pregătire pentru a răspunde la întrebarea: „Ce se poate face?" Tratamentul psihiatric se rezumă la trei ingrediente: (1) „Prezența", (2) „Ponturile domestice utile" și (3) „Întorsătura".

„Prezența" înseamnă că pacientul știe că există un loc unde poate să meargă, o persoană căreia poate să-i vorbească, cu care-și poate juca jocurile ca să-și mascheze anxietățile și să-și ușureze depresia, care-l va încuraja, îl va ierta, îi va da penitențe sau îl va hrăni cu prăjituri — toate acestea alcătuind un fel de rol preoțesc, valoros în principal pentru un Copil însingurat. Pacienții cărora le-a lipsit un părinte eficient în primii ani de viață, cei cărora le-a murit mama sau tatăl înainte ca ei să împlinească zece, cinci sau doi ani, cei părăsiți, ignorați sau dați la o parte trebuie să găsească persoana care va umple golul prin „prezență", înainte ca orice alt tratament să poată da rezultate.

„Ponturile domestice utile" sunt sfaturile date de terapeut și care-i spun pacientului cum să fie mai fericit sau mai puțin nefericit în lumea scenariului său. „Ține-te mai bine." „Nu-i da lupului adresa bunicii." „Cere-i fetei numărul de telefon înainte de miezul nopții." „Nu accepta dulciuri de la străini." Astfel de ponturi sunt utile în principal pentru Copilul schizoid confuz, pentru Scufița Roșie, Prințul Cenușăresei, Hansel și Gretel.

„Întorsătura" înseamnă a-l scoate pe pacient din scenariu și a-l aduce în lumea reală. În forma cea mai elegantă, presupune ca terapeutul să găsească o unică intervenție care va reuși în mare măsură să spargă scenariul: cea mai eficientă antiteză a scenariului. Studiul de caz ce urmează va ilustra ce

fel de sondări, intuiție și încredere profesională sunt necesare pentru a realiza acest lucru.

Amber

Amber McArgo a bătut cale foarte lungă ca să vină să-l vadă pe doctorul Q, despre care auzise de la niște prieteni. În Bryneira, orașul ei natal, mersese la trei „psihanaliști", care nu reușiseră s-o ajute. Doctorul Q știa că, de fapt, acești oameni nu erau psihanaliști, ci se numărau printre cei mai proști terapeuți din Bryneira; unul după altul, o aruncaseră în confuzie tot mai mare folosind cuvinte lungi ca „identificare", „dependență", „masochism" etc. Amber i-a spus doctorului Q că va trebui să ia avionul spre casă în aceeași seară, ca să se ocupe de copiii ei, așa că el s-a aflat în fața provocării interesante de a încerca s-o vindece într-o singură întâlnire.

Amber se plângea de neliniști, palpitații, insomnie, depresie și incapacitatea de a munci. De trei ani nu mai resimțise dorință sexuală și nu avusese contacte sexuale. Simptomele ei apăruseră când s-a descoperit că tatăl ei are diabet. După anamneza psihiatrică și medicală, doctorul Q a încurajat-o să spună mai multe despre tatăl ei. După patruzeci de minute, și-a conturat impresia că scopul bolii lui Amber consta în a-l ține pe tatăl ei în viață. Câtă vreme ea era bolnavă, el avea șanse de supraviețuire. Dacă ea începea să se simtă mai bine, el ar fi murit. De fapt, asta era doar iluzia de scenariu a Copilului ei, din moment ce diabetul tatălui era moderat și bine controlat, astfel că nu-l pândea pericolul de a muri, dar Amber prefera să creadă că e singura care are puterea de a-l ține în viață.

Preceptele parentale erau: „Fii fată cuminte. Noi trăim doar pentru tine." Porunca tatălui părea să fie: „Dacă rămâi sănătoasă, ai să mă omori!", dar doctorul Q a hotărât în sinea lui că mai e ceva pe lângă asta. Mama „nervoasă" îi dăduse

lui Amber un exemplu cum să fie bolnavă, iar ea urma modelul ăsta.

Doctorul Q trebuia să afle dacă Amber avea cu ce să înlocuiască scenariul în situația în care ar fi renunțat la el. Totul atârna de acest lucru. Dacă el ataca scenariul, iar ea n-avea cu ce să-l înlocuiască, starea ei s-ar fi putut înrăutăți. Părea să aibă un contrascenariu solid, bazat pe preceptul „Fii fată cuminte", care, în acest punct al vieții ei, însemna „Fii o soție și o mamă bună".

— Ce s-ar întâmpla dacă tatăl tău ar muri? a întrebat el.

— M-aș îmbolnăvi și mai rău, a răspuns Amber.

Răspunsul indica faptul că scenariul ei nu era de tip „Până când", ci unul tragic, fapt care, în acest caz, ușura sarcina doctorului Q. Dacă instrucțiunile lui Amber ar fi spus: „Rămâi bolnavă până când moare tatăl tău!", ea ar fi putut prefera să se conformeze, decât să-și asume riscul consecințelor însănătoșirii ei, care, în mintea Copilului ei, ar fi putut să provoace moartea tatălui. Dar, evident, scenariul spunea de fapt: „L-ai îmbolnăvit pe tatăl tău, așa că trebuie să te îmbolnăvești și tu, ca să-l ții în viață. Dacă el moare, trebuie să suporți consecințele." În această situație, Amber avea o alegere foarte clară de făcut: „Ori te faci bine acum, ori continui să suferi acum și chiar mai mult în viitor, până când mori și tu!"

Calea fiind pregătită, doctorul Q a spus:

— Mi se pare că rămâi bolnavă ca să-i salvezi tatălui tău viața.

Această afirmație a fost atent formulată și aplicată într-un moment ales cu grijă, astfel încât să ajungă simultan la Părintele, Adultul și Copilul ei. Atât Părintele-Mamă, cât și Părintele-Tată nu puteau fi decât mulțumiți că Amber e așa o „fată cuminte" și suferă spre binele tatălui ei. În plus, Copilul Tatălui ei avea mulțumirea de a o vedea că urmează instrucțiunile sale de a se îmbolnăvi (evident, îi plăceau femeile nervoase, din moment ce se căsătorise tocmai cu o astfel de femeie). Adultul Mamei putea fi mulțumit că Amber și-a

învățat lecția bine și știe cum să fie o invalidă bună. Doctorul Q n-avea de unde să știe cum va reacționa Copilul Mamei, dar era în gardă în privința lui. Și atât în privința diferitelor părți ale Părintelui lui Amber. După părerea lui, Adultul ei avea să fie de acord, fiindcă diagnosticul era probabil corect. Și Copilul ei avea să fie de acord, din moment ce, practic, doctorul Q îi spunea lui Amber că e „fată cuminte" și se supune tuturor instrucțiunilor primite de la ambii părinți. Testul îl reprezenta răspunsul ei. Dacă spunea „Da, dar...", situația era problematică, însă dacă accepta diagnosticul fără „dacă" și „dar", existau șanse ca lucrurile să iasă bine.

— Hm... Cred că aveți dreptate, a spus Amber.

După acest răspuns, doctorul Q s-a simțit liber să treacă la antiteza scenariului, care însemna s-o divorțeze pe Amber de tatăl ei. Cuvintele-semnal în această privință erau cele trei „p-uri" ale antitezei scenariului: puterea, permisiunea și protecția.

1. Puterea. Era doctorul Q suficient de puternic ca să-l domine, cel puțin temporar, pe tatăl ei? În această privință existau două lucruri în favoarea sa. În primul rând, Amber părea realmente sătulă să tot fie bolnavă. Poate că mersese la alți terapeuți să joace jocuri sau să învețe cum să trăiască mai confortabil cu simptomele ei, dar faptul că plănuise un drum atât de lung ca să vină la doctorul Q sugera că probabil e într-adevăr pregătită să facă „întorsătura" și să se însănătoșească. În al doilea rând, faptul că întreprinsese realmente călătoria (în loc să spună că-i e mult prea frică s-o facă) însemna că, probabil, Copilul ei avea o mare stimă față de puterea lui magică de vindecător.*

2. Permisiunea. Doctorul Q trebuia să formuleze permisiunea cu foarte mare grijă. La fel ca profețiile oracolului din Delfi, pacienta avea să-i interpreteze cuvintele în funcție de

* Un medic are datoria să exploateze toate mijloacele posibile pentru vindecarea pacientului. Sau, în termeni practici: „Sănătatea pacientului e mai importantă decât ce-au să spună simandicoșii la ședința personalului."

nevoile ei. Dacă putea să găsească excepții, avea să profite de ele, din moment ce, așa cum am observat anterior, Copilul se comportă ca un avocat isteț care caută portițe de scăpare într-un contract.

3. Protecția. Asta era cea mai serioasă problemă din situația respectivă. Fiindcă Amber pleca imediat după interviu, n-avea cum să se întoarcă la doctorul Q pentru a obține protecție dacă nesocotea porunca de a fi bolnavă. Astfel, Copilul ei avea să fie expus mâniei Părintelui, fără a avea pe nimeni care să-i liniștească spaima. Telefonul se putea dovedi de ajutor, dar nu prea mult după o singură întrevedere personală.

Doctorul Q a procedat astfel: În primul rând a „agățat" Adultul lui Amber:

— Chiar crezi că-l poți salva dacă te îmbolnăvești și tu?

La asta, Adultul ei putea să dea un singur răspuns:

— Cred că nu.

— E în pericol să moară?

— În viitorul apropiat, nu, judecând după ceea ce mi-au spus medicii lui.

— Dar te afli sub influența unui fel de blestem care presupune ca tu să te îmbolnăvești și să rămâi bolnavă ca să-i salvezi viața, și tocmai asta faci.

— Cred că aveți dreptate.

— În cazul ăsta, ai nevoie de permisiunea de a te face bine.

A privit-o pe Amber, iar ea a încuviințat.

— Atunci ai permisiunea mea de a te face bine.

— Am să încerc.

— Nu ajunge să încerci. Trebuie să hotărăști. Ori divorțezi de tatăl tău și-l lași să meargă pe drumul lui, iar tu mergi pe al tău, ori nu divorțezi de el și lași lucrurile așa cum sunt. Ce vrei să faci?

A urmat o tăcere lungă; în cele din urmă, Amber a spus:

— Am să divorțez de el. Am să mă fac bine. Sunteți sigur că am permisiunea dumneavoastră?

— Da, o ai.

Apoi doctorului Q i-a venit o altă idee. A invitat-o pe Amber să se întoarcă după prânz și să participe la o ședință de grup, lucru pe care ea l-a acceptat. La sfârșitul interviului, a privit-o în ochi și i-a spus:

— Tatăl tău nu va muri dacă te faci bine.

Ea n-a răspuns nimic.

Două ore mai târziu, doctorul Q a explicat membrilor grupului că Amber a venit de la mare distanță ca să-l vadă și trebuie să plece în seara aceea; i-a întrebat dacă acceptă ca ea să participe la ședința grupului, iar ei au fost de acord. Amber se potrivea bine în grup, întrucât citise o carte despre analiza tranzacțională și înțelegea la ce se referă ceilalți când vorbesc despre Părinte, Adult, Copil, jocuri și scenarii. După ce și-a istorisit povestea, ceilalți au prins repede ideea, la fel ca doctorul Q.

— Rămâi bolnavă ca să împiedici moartea tatălui tău, a spus un membru al grupului.

— Cum e soțul tău? a întrebat altul.

— E ca stânca Gibraltarului, a răspuns Amber.

— Așa că ai bătut tot drumul până aici ca să te sfătuiești cu Marea Piramidă, a spus altul, referindu-se la doctorul Q.

— El nu e Marea Piramidă, a protestat Amber.

— Pentru Copilul tău este, a zis cineva, iar ea n-a avut ce să replice.

Doctorul Q nu spunea nimic, ci doar asculta. Pe parcursul discuției, cineva l-a întrebat:

— I-ați dat permisiunea de a se face bine?

El a încuviințat.

— Ce-ar fi să i-o dați în scris, dacă pleacă?

— Poate că așa am să fac.

În cele din urmă, doctorul Q a auzit ceea ce aștepta. Când membrii grupului i-au pus întrebări privitoare la viața ei sexuală, Amber a recunoscut de bună voie că are deseori vise sexuale cu tatăl ei. Când ședința se apropia de sfârșit, doctorul Q a formulat în scris permisiunea, care spunea:

„Încetează să mai faci sex cu tatăl tău.

Amber are voie să facă sex cu alți bărbați în afară de tatăl ei. Amber are permisiunea să se facă bine și să rămână sănătoasă."

— Ce crezi că vrea el să spună? a întrebat-o cineva.

— Nu sunt sigură. Vrea să spună că ar trebui să am o aventură?

— Nu. Vrea să spună că ai permisiunea de a face sex cu soțul tău.

— Ah! Unul dintre ceilalți doctori mi-a spus că ar trebui să am o aventură. Asta m-a speriat!

— Nu la asta se referă doctorul Q.

Amber a pus hârtia în poșetă; unul dintre membrii grupului a intrat la bănuieli.

— Ce-ai să faci cu hârtia aceea?

— Pariez că o s-o arate prietenelor ei!

— Așa e, a spus Amber zâmbind.

— Un mesaj scris de la Marea Piramidă, da? O să ajungi faimoasă în orașul tău.

— N-ai să te faci bine dacă o arăți prietenelor, a spus altcineva. Ăsta e un joc!

— Cred că ei au dreptate, a spus doctorul Q. Poate n-ar trebui să ai permisiunea în scris.

— Adică vreți să v-o dau înapoi?

Doctorul Q a încuviințat, iar Amber i-a dat hârtia înapoi. El a întrebat-o:

— Vrei să-ți citesc cu voce tare conținutul?

— Mi-l amintesc.

Doctorul Q i-a dat totuși ceva în scris: numele a doi psihanaliști adevărați din Bryneira. Spre regretul lui, acolo nu existau terapeuți formați în analiză tranzacțională.

— După ce ajungi acasă, du-te la unul dintre acești doi oameni, a sfătuit-o el.

Două săptămâni mai târziu, doctorul a primit o scrisoare de la Amber:

„Vreau să mulțumesc tuturor pentru că mi-au acordat din timpul lor. Când am plecat, mă simțeam 99% vindecată. Lucrurile mergeau bine și depășisem câteva probleme majore. Simțeam că pe celelalte le pot rezolva singură. Tatăl meu nu mai avea aceeași putere asupra mea și nu mă mai temeam că va muri. Viața mea sexuală revenise la normal pentru prima oară după trei ani. Arătam bine și mă simțeam bine. Am avut câteva perioade mai proaste, dar mi-am revenit foarte repede. Apoi m-am hotărât să merg la doctorul X, după cum m-ați sfătuit."

Am prezentat povestea ca pe un exemplu al felului cum gândește un analist de scenarii. Rezultatele au fost cât se poate de satisfăcătoare pentru un singur interviu și o singură ședință de grup, din moment ce pacienta a profitat de avantajul permisiunii specifice care i s-a dat și a obținut din asta câte avantaje a putut.

G. Vindecarea

Este evident că vindecarea lui Amber n-a fost permanentă. Totuși, antiteza scenariului care i-a fost oferită a avut un efect terapeutic bine definit și probabil că i-a adus unele beneficii permanente. Dar oricât de gratificante ar fi, astea sunt doar produse secundare. Adevăratul scop al antitezei scenariului constă în a câștiga timp, astfel încât pacientul să poată săpa mai în adâncime în instrumentarul scenariului său, cu obiectivul de a-și modifica hotărârile inițiale din scenariu. Astfel, pacientului pe care vocea Parentală îl îndeamnă insistent „Omoară-te!", la care vocea descurajată a Copilului răspunde „Da, mamă", i se spune: „N-o face!" Această antiteză simplă e dată în așa fel încât vocea terapeutului să fie auzită în momentul critic, în opoziție cu provocarea suicidară, și pacientul să poată fi tras înapoi din pragul morții. Amânarea astfel obținută este folosită din plin în terapie. Pat

se află acolo ca urmare a hotărârii pe care a luat-o în copilărie în cadrul scenariului, iar acum a obținut un răgaz suficient ca s-o revoce, luând altă hotărâre.

Pe măsură ce pacientul se desprinde de programarea Parentală, Copilul lui devine din ce în ce mai liber. La un anumit punct, cu ajutorul terapeutului și al propriului său Adult, reușește să se detașeze complet de scenariu și să-și organizeze propriul spectacol, cu noi personaje, noi roluri, o nouă intrigă și o nouă răsplată finală. O astfel de vindecare a scenariului, care-i schimbă pacientului caracterul și destinul, este totodată o vindecare clinică, din moment ce noua hotărâre îi va face majoritatea simptomelor să dispară. Asta se poate întâmpla pe neașteptate, astfel că pacientul trăiește „întorsătura" chiar sub privirea terapeutului și a celorlalți membri ai grupului. Nu mai e o persoană bolnavă sau un pacient, ci o persoană sănătoasă, cu unele dizabilități sau slăbiciuni de care acum se poate ocupa obiectiv.

Asta e analog cu ceea ce se întâmplă după o intervenție chirurgicală abdominală reușită. În primele câteva zile, pacientul e o persoană bolnavă care face progrese, reușind în fiecare zi să meargă ceva mai departe și să șadă în capul oaselor ceva mai mult timp. Apoi, în a cincea sau a șasea zi, se trezește într-o postură complet diferită. Acum e o persoană sănătoasă, cu unele dizabilități sâcâitoare — poate o stare de slăbiciune și oarecare dureri în zona abdomenului. Dar nu se mai mulțumește doar să facă progrese. Vrea să se externeze, iar dizabilitățile nu mai reprezintă o invaliditate, ci doar niște probleme sâcâitoare de care vrea să scape cât mai curând cu putință, ca să-și poată relua viața în lumea minunată din afara spitalului. Și toate astea se întâmplă peste noapte, printr-o singură comutare. Așa se întâmplă și cu „întorsătura" din analiza scenariului: astăzi pacient, iar mâine, o persoană reală care îndrăznește să acționeze.

Nan locuia împreună cu părinții. Tatăl ei era pacient de meserie și primea un salariu lunar de la o agenție guvernamentală, pentru că era deprimat. Ea a fost crescută să-i calce

pe urme, dar când a împlinit optsprezece ani, s-a săturat să piardă toată distracția. A făcut progrese în grup timp de vreo șase luni, iar într-o zi s-a hotărât să se facă bine.

— Cum mă fac bine? a întrebat ea.

— Vezi-ți de treaba ta, a răspuns terapeutul.

În săptămâna următoare a venit îmbrăcată altfel și cu o atitudine complet diferită. A fost o luptă pentru ea să se ocupe de propriile chestiuni afective în loc de cele ale tatălui, dar a învățat s-o facă din ce în ce mai bine. În loc să se îmbolnăvească de câte ori se îmbolnăvea el, îl lăsa să se îmbolnăvească singur. Totodată, a înlăturat programarea din partea mamei, care spunea în rezumat: „Viața e o luptă, rămâi acasă cu tata." Nan a luat un întreg set de hotărâri noi. A dezbrăcat uniforma de „fiică de schizofrenic"* și a început să se îmbrace ca o femeie. Și-a reluat studiile la facultate, a mers la o mulțime de întâlniri cu băieții și a fost aleasă Regina corpului studențesc. Mai rămânea să i se spună un singur lucru: „Nu e adevărat că viața e o luptă — decât dacă o faci tu să fie. Încetează să lupți și începe să trăiești." A reușit să facă și acest lucru.**

* Nu știu suficient de multe lucruri despre vestimentația feminină ca să descriu corect uniforma asta, dar o recunosc când o văd. E un fel de a nega corpul, uniforma „sunt schizofrenică" transformând corpul într-o caricatură.

** N-a fost ceva accidental, din moment ce o altă pacientă din același grup a făcut „întorsătura" în aceeași zi și a luat aproximativ același set de noi hotărâri. Ambele femei ar fi putut deveni cu ușurință paciente cronice, a căror principală contribuție față de omenire de-a lungul anilor ar fi fost niște fișe groase și complicate în dosarul clinic.

Capitolul 19
INTERVENȚIA DECISIVĂ

A. Căile finale comune

Ceea ce se petrece în mintea pacientului îi rămâne necunoscut terapeutului, cu excepția situației în care se exprimă extern printr-un sunet sau o mișcare. În principiu, fiecare stare a Eului își găsește propria cale pentru o astfel de exprimare externă. În exemplul clasic, Bridy e întrebată: „Cum e căsnicia ta?", și răspunde cu emfază: „Căsnici-ia mea e pe-erfectă." În timp ce rostește cuvintele, își cuprinde verigheta cu degetul mare și arătătorul mâinii drepte și-n același timp își încrucișează picioarele și începe să-și legene piciorul drept. Cineva din grup o întreabă: „Asta spui tu, dar ce spune piciorul tău?", iar Bridy își privește piciorul, surprinsă. Alt membru al grupului vrea să știe: „Și mâna ta dreaptă ce-i spune verighetei?", la care Bridy începe să plângă și în cele din urmă povestește că soțul ei bea și o bate.

După ce ajunge mai versată în analiza tranzacțională, Bridy poate să spună grupului care e originea celor trei răspunsuri ale ei la întrebare. Propoziția „Căsnicia mea e perfectă" a fost rostită sau dictată de un Părinte-Mamă emfatic, rigid, care-i lua în stăpânire aparatul fonator drept cale finală comună. Mâna ei dreaptă a intrat sub controlul Adultului, pentru a se convinge că e căsătorită cu adevărat și poate pentru totdeauna cu un nemernic. Picioarele i le-a încrucișat Copilul, ca să nu se amestece, iar apoi ea i-a oferit câteva șuturi ezitante. Folosirea descrierii pasive în acest paragraf semnifică faptul că diferitele părți ale corpului ei erau simple instrumente, aflate în slujba stărilor Eului pentru căile finale comune.

Există trei modalități principale de alegere a căii finale comune: prin disociere, prin excludere sau prin integrare. Dacă stările Eului sunt disociate una de alta și nu „comunică", fiecare își va găsi propria cale de exprimare, independent de celelalte, așa că fiecare este „neconștientă" cu privire la ce fac celelalte. Astfel, Părintele lui Bridy, vorbind, nu era conștient de Adultul care pipăia cu degetele și nici de Copilul care dădea cu șutul, și nici aceștia doi nu erau conștienți unul de altul. Asta reflectă situația așa cum era ea în viața reală. În copilărie, Bridy nu avea voie să le vorbească deschis părinților și trebuia să facă tot felul de lucruri pe ascuns. Dacă era prinsă, încerca să evite să-și asume responsabilitatea pentru acțiunile sale, afirmând că (Adultul ei) n-a știut ce face (Copilul ei). Din punct de vedere clinic, e o situație isterică, în care Copilul poate să facă tot felul de lucruri complexe, în timp ce Adultul neagă că ar avea cunoștință de ele, iar Părintele nu are nici un amestec.

Excluderea înseamnă că o stare a Eului este mult mai puternic „investită" decât celelalte și preia controlul după bunul plac, indiferent de strădaniile acestora. În grupuri, această situație poate fi văzută în forma cea mai spectaculoasă la fanaticii religioși sau politici, unde Părintele excluzător preia controlul asupra tuturor căilor de exprimare (cu excepția ocazionalelor scăpări „inconștiente") și calcă în picioare Copilul și Adultul, ca și pe alți membri ai grupului. Același lucru se întâmplă, într-un grad mai blând, la cei cu schizofrenie compensată, la care Părintele preia controlul și exclude Copilul „rău" sau nedemn de încredere, ca și Adultul neeficient, slab „investit", pentru a evita internarea în spital sau camera de electroșocuri. Și această situație o reflectă pe cea reală din copilărie, când copilul era lăsat de capul lui, să se dezvolte singur, cu condiția să nu îndrăznească să ia inițiativa când părinții se aflau prin preajmă.

Un tip „normal" de excludere apare la personalitățile bine organizate, în care o stare a Eului preia controlul cu consimțământul celorlalte. Copilul și Părintele, spre exemplu, lasă Adultul să dețină controlul pe parcursul orelor de muncă. Drept răsplată pentru cooperare, Copilului i se permite să preia controlul la petreceri, iar Părintelui, în alte momente adecvate, cum ar fi ședințele de la școală.

Integrarea presupune ca toate trei stările Eului să se exprime simultan, cum se întâmplă în producțiile artistice și în interacțiunile profesionale cu oamenii.

Vocea și postura sunt exemple bune de căi finale comune. Vocea este deosebit de valoroasă în depistarea compromisurilor. Astfel, multe femei spun lucruri inteligente cu o voce de fetiță, dar cu o siguranță considerabilă. Aici există un compromis între Părintele care spune „Să nu te maturizezi", un Adult care oferă sfaturi și un Copil căruia îi place să fie protejat. Îl putem numi „Copil programat de Adult" sau „Copil precoce". Mulți bărbați spun lucruri inteligente cu o voce de adult căreia îi lipsește siguranța. Aici, Părintele întreabă „Cine te crezi?", Copilul zice „Vreau să mă laud", iar Adultul spune „Am ceva ce ai putea să încerci". Îl putem numi Adult programat de Copil. Se întâlnesc de asemenea frecvent Copilul programat de Părinte („Mami a spus așa") și Părintele programat de Adult („Fă exact așa").

Postura indică nu doar principalele stări ale Eului, ci și diferitele lor aspecte. Astfel, Părintele critic șade cu spinarea dreaptă și arată cu degetul îndreptat înainte, în timp ce Părintele grijuliu se deschide și formează cu corpul său un cerc receptiv. Postura Adultului e flexibilă, alertă și mobilă. Copilul adaptat se retrage făcându-se ghem (emprosthotonos) și în ultimă instanță poate ajunge în poziție fetală, cu cât mai mulți mușchi posibil flectați, iar Copilul expresiv (opisthotonos), cu cât mai mușchi posibil în extensie. Emprosthotonos se asociază cu plânsul, iar opisthotonos, cu râsul. Chiar și curbarea unui singur deget, de pildă arătătorul, poate da un sentiment de nesiguranță și retragere, pe când întinderea lui dă un sentiment de încredere și deschidere. A-l îndrepta rigid în față dă sentimentul Parental de a

ridica un obstacol impenetrabil în calea apropierii persoanei sau ideilor oricui.

Altfel spus, Copilul păstrează un control mai mult sau mai puțin complet asupra musculaturii involuntare, Adultul controlează de obicei mișcările musculaturii voluntare, iar Părintele controlează atitudinea sau echilibrul între tonusul mușchilor flexori și al celor extensori.

Din toate acestea se poate vedea că alegerea sau atribuirea căii finale comune se face după un fel de dialog în minte. Există patru dialoguri posibile între stările simple ale Eului: trei dialoguri în doi (P-A, P-C și A-C) și un dialog în trei (P-A-C). Dacă vocea Părintelui se împarte în cea a Tatălui și cea a Mamei, cum se întâmplă de obicei, și dacă mai intervin și alte personaje Parentale, situația se complică. Fiecare voce poate fi însoțită de propriul set de „gesturi" exprimate printr-un anumit set de mușchi sau o anumită parte a corpului. Dar oricare ar fi natura dialogului, rezultatul lui va fi exprimat prin căile finale comune sau, mai precis, va exista o anumită cale finală comună stabilită prin dominație, acord sau compromis, iar stările Eului frustrate vor găsi căi subsidiare de exprimare.

B. Vocile din minte

Cât sunt de reale vocile la care ne-am referit mai sus? Breuer[144] a descoperit stări ale Eului (stări separate ale conștiinței) cu aproape o sută de ani în urmă, dar nu și-a urmat descoperirea mai departe. Cam în aceeași perioadă, colegul său, Freud, a ajuns la convingerea că imaginile vizuale exprimă dorințe și și-a petrecut cea mai mare parte a vieții ocupându-se de această idee. Ca urmare, a neglijat aspectul auditiv al psihismului. Chiar și Federn[145], care a elaborat pentru prima oară ideea unul „dialog mental între două părți ale Eului", a trecut cu vederea problema vocilor reale și a descris dialogul ca fiind reprezentat vizual (în vise, de pildă). Principala contribuție a lui Freud în această privință a fost afirmația sa cum că vocile auzite în vise reprezintă voci și cuvinte auzite cu adevărat în stare de veghe.[146]

Regula clinică desprinsă din experiența analizei tranzacționale a fost deja prezentată: Copilul își exprimă dorințele în imagini vizuale, dar ceea ce face în privința lor, etalarea finală prin intermediul căii finale comune, se hotărăște prin imagini auditive sau voci din minte, rezultatul unui dialog mental*. Acest dialog dintre Părinte, Adult și Copil nu este „inconștient", ci preconștient, ceea ce înseamnă că poate fi conștientizat cu ușurință. Astfel se constată că el constă din elemente preluate din viața reală, lucruri care au fost realmente rostite cândva, cu voce tare. Regula terapeutică e un simplu derivat al acestui fapt. Din moment ce calea finală comună a comportamentului pacientului este stabilită de vocile din mintea lui, schimbările se pot face introducându-i în minte altă voce: aceea a terapeutului. Dacă acest lucru se face cu ajutorul hipnozei, e posibil să nu fie eficient, din moment ce e o situație artificială. Dar dacă se face în stare de veghe, poate funcționa mai bine, fiindcă asta e starea în care au fost introduse în mintea pacientului vocile inițiale. Excepțiile survin când răcnetele părintelui vrăjitoare sau monstru îi induc copilului o stare de panică, stare care e, în esență, o fugă traumatică.

144 Breuer, J. și Freud, S. *Studies in Hysteria*. Nervous and Mental Disease Monographs, New York, 1950, pp. 14-32.

145 Federn, P. *Ego Psychology and the Psychoses*, Basic Books, New York, 1952, capitolul 4.

146 Freud, S. *The Interpretation of Dreams*. The Macmillan Company, New York, 1915.

* Probabil că lucrurile stau altfel în cazul copiilor surzi și, de asemenea, în cazul celor orbi, dar până acum nu se știe nimic despre modul cum se elaborează scenariul în contextul unor asemenea handicapuri.

Pe măsură ce obține tot mai multe informații de la diferiți pacienți, cu privire la ceea ce spun vocile din mintea lor, și capătă tot mai multă experiență în a face legături între aceste conținuturi și comportamentul pacienților exprimat prin căile finale comune, terapeutul își dezvoltă o abilitate și un discernământ deosebit de fine în această privință. Ajunge să audă vocile din mintea pacientului foarte rapid și foarte corect, de obicei înainte ca pacientul însuși să le poată auzi clar. Dacă pune o întrebare sensibilă sau cu încărcătură afectivă, iar pacientul are nevoie de timp ca să răspundă, terapeutul poate observa o tresărire ici, o contracție colo, plus o modificare a expresiei feței, astfel încât poate să urmărească „dialogul din cap" aproape ca și cum ar asculta înregistrarea de pe o casetă. Am ilustrat o astfel de situație în capitolul 14 (B), în cazul lui Mab, care asculta tirada mamei sale.

După ce a înțeles ce se petrece, următoarea sarcină a terapeutului constă în a-i da pacientului permisiunea și a-l învăța să asculte vocile, care și-au păstrat nealterată forța din copilărie. Aici e posibil să aibă de depășit mai multe tipuri de rezistență. Pacientul poate avea interdicția de a asculta, ca urmare a unor directive Parentale de genul: „Dacă auzi voci, ești nebun." Sau Copilul său se poate teme de ceea ce va auzi, sau Adultul său ar putea prefera să nu asculte persoanele care-i guvernează comportamentul, ca să-și păstreze iluzia de autonomie.

Mulți terapeuți „de acțiune" devin foarte abili în a aduce la viață aceste voci folosind tehnici speciale, prin care pacientul se trezește purtând cu voce tare dialogul, astfel că atât el, cât și cei care-l ascultă își pot da seama foarte clar că lucrurile pe care le spune s-au aflat tot timpul în mintea lui. Terapeuții gestaltiști folosesc deseori „scaunul gol", tehnică în cadrul căreia pacientul se mută de pe un scaun pe altul, interpretând două roluri, fiecare rol reprezentând o parte a sa[147]. Cei care folosesc psihodrama pun la dispoziția pacientului asistenți specializați, care joacă un rol, complementar celui jucat de

147 Perls, F.S. *Gestalt Therapy Verbatim. Loc. cit.*

pacient[148]. Urmărind astfel de ședințe de terapie sau citind despre ele, devine clar în scurt timp că perspectiva fiecărui rol provine de la diferite stări ale Eului sau diferite aspecte ale unei singure stări a Eului și constă în dialogul ce se desfășoară în mintea pacientului din fragedă pruncie. Însă aproape toată lumea mormăie pentru sine din când în când, așa că oricare pacient are un bun punct de plecare pentru scoaterea la lumină a dialogului său mental, fără astfel de tehnici speciale. Ca regulă generală, propozițiile la persoana a doua („Ar fi trebuit să faci..." etc.) vin de la Părinte, pe când cele la persoana întâi („Eu trebuie să...", „Oare de ce-am..." etc.) vin de la Adult sau de la Copil.

Cu oarecare încurajări, pacientul devine conștient în scurt timp de cele mai importante directive din scenariul său, așa cum sunt ele rostite în mintea lui, și i le poate aduce la cunoștință terapeutului. Apoi terapeutul trebuie să-i dea lui Pat opțiunea de a alege între ele, renunțând la cele neadaptative, inutile, nocive sau care-l induc în eroare și păstrându-le pe cele adaptative ori utile. Chiar mai bine, îi poate da posibilitatea să divorțeze amiabil de părinții lui și să pornească totul de la zero (deși de multe ori divorțul amiabil va fi precedat de o fază furioasă, cum se întâmplă la început în toate cazurile de divorț, chiar dacă în cele din urmă se încheie prietenește). Asta înseamnă că trebuie să-i dea lui Pat permisiunea de a nu se supune directivelor Parentale, ca expresie nu a revoltei, ci a autonomiei, așa încât să fie liber să facă lucrurile în felul lui și să nu fie obligat să-și urmeze scenariul.

O cale mai ușoară de a aborda problema constă în a-i administra pacientului medicamente ca meprobamat, fenotiazine sau amitriptilină, care au efectul de a amuți vocile Parentale. Acestea înlătură anxietatea sau depresia Copilului și, drept urmare, „fac pacientul să se simtă mai bine". Dar există trei dezavantaje. În primul rând, aceste medicamente tind să tâmpească întreaga personalitate, inclusiv vocea

148 Moreno, J.L. „Psychodrama". În *American Handbook of Psychiatry*, Vol. 2, Basic Books, New York, 1959.

Adultului. Unii medici sfătuiesc pacientul, de pildă, să nu conducă mașina câtă vreme face tratamentul. În al doilea rând, îngreunează terapia, tocmai pentru că vocile Părintelui nu pot fi auzite clar, astfel că directivele scenariului pot fi mascate sau insuficient scoase în evidență. Și în al treilea rând, permisiunea terapeutică dată în asemenea condiții poate fi exercitată liber, din moment ce interdicțiile Parentale sunt scoase din funcție temporar, dar când se întrerupe tratamentul medicamentos, Părintele revine de obicei cu toată forța și poate chiar să se răzbune pe Copil pentru libertățile pe care și le-a luat în absența sa.

C. Dinamica permisiunii

Ca metodă terapeutică, analiza tranzacțională se bazează pe premisa că vorbele și gesturile pot avea efect terapeutic fără alt contact fizic cu pacientul în afara strângerii de mână. Dacă analistul consideră că pentru un anumit pacient este de dorit contactul fizic, îl poate trimite la un curs de dans, un grup de conștientizare senzorială sau un „curs de permisiuni". Cursurile de permisiuni se deosebesc de celelalte două fiindcă sunt conduse de oameni formați în analiză tranzacțională, care urmează recomandarea terapeutului, în loc să-și impună asupra pacientului propriile teorii sau nevoi. Astfel, analistul tranzacțional poate să hotărască: „Pacientul ăsta are nevoie de îmbrățișări, dar eu nu pot să-l îmbrățișez și să fac în același timp terapie bine planificată, așa că am să-l trimit la un curs de permisiuni, cu recomandare pentru îmbrățișări." Sau: „Pacienta asta are nevoie să se detensioneze prin dans și contact tactil neformal cu oamenii, dar eu nu conduc un curs de dans, așa că o voi trimite la un curs de permisiuni, cu recomandare pentru dans."

Cursurile de permisiuni se desfășoară ca niște activități de grup, astfel că pacientul nu primește îmbrățișări individuale

sau exerciții de dans individuale. Toți pacienții fac același lucru în același timp, dar instructorul este conștient de nevoile speciale ale fiecăruia și le acordă o anumită atenție. (Pacienții nu *trebuie* să facă același lucru în același timp. Instructorul le dă doar sugestia, și fiecare persoană e liberă să procedeze după cum dorește — fapt ce face parte din permisiunea obținută la curs. Însă de obicei, pacienții se bucură să participe împreună cu alți oameni, lucru care se poate să le fi lipsit în copilărie.)

Doctorul Q a participat la un curs de permisiuni ca să afle cum se simte acolo și ce poate învăța. Când instructorul a sugerat: „Toată lumea să se așeze pe podea", vocile din mintea lui au spus: „Copilul și Adultul meu acceptă amândoi sugestia ta de a mă așeza pe podea", așa că s-a așezat. Unde era Părintele său? Adultul și Părintele lui conveniseră anterior că Părintele îi va da Copilului libertatea de a proceda după bunul plac, sub un oarecare control din partea Adultului, cu excepția situației în care lucrurile „mergeau prea departe", adică deveneau prea sexi. Copilul său s-a simțit într-adevăr puțin stârnit, dar n-a fost nevoie ca Părintele să intervină, din moment ce Adultul s-a dovedit cât se poate de capabil să țină situația sub control. De aici se desprind unele indicii cu privire la modul în care își face efectul permisiunea.

Cum permisiunea constituie intervenția decisivă în analiza scenariului, merită să se înțeleagă cât se poate de clar cum funcționează ea și ar trebui profitat de orice ocazie de învățare în această privință, prin observații efectuate în diferite situații.

Când Jeder are deja permisiunea Părintelui de a face un lucru, nu e nevoie de dialog intern. Aceasta corespunde cu înțelesul literal al permisiunii, acela de autorizație. Odată ce persoana are autorizația de a face un lucru, nu trebuie să dea raportul de fiecare dată când vrea să-l facă. În condiții obișnuite, va avea de a face cu autoritățile doar dacă abuzează de autorizație și merge prea departe. Unii părinți, desigur, sunt „inspectori" prin firea lor și chiar și după ce acordă o autori-

zație, vor să supravegheze totul. Oamenii cu astfel de Părinți în minte sunt foarte inhibați și neliniștiți.

Când există interdicția de a face un anumit lucru, de fiecare dată când persoana începe să facă acel lucru, va avea loc un dialog. Părintele devine activ și spune „nu!" într-un scenariu dur, „Ai grijă" într-unul amenințător sau „De ce vrei să faci asta?" într-unul blând — de obicei, ceea ce ar spune părintele real, în viața reală. Apoi Părintele preia controlul asupra energiei mobilizate de Copil pentru acțiunea respectivă și o folosește pentru a ține Copilul în frâu. Cu cât Copilul a mobilizat mai multă energie ca s-o investească în acea acțiune, cu atât mai energic poate deveni Părintele, însușindu-și acea energie. În asemenea condiții, cum poate primi Copilul permisiunea de a face un lucru? Dacă cineva din afară spune: „Lasă-l să facă asta!", Părintele se alarmează și interdicția sa devine și mai energică, așa încât Copilul singur n-are nici o șansă. Dar persoana din afară poate seduce Copilul, furnizându-i „energie" sub forma încurajării sau a presiunii, și atunci Copilul poate să profite și să facă ce-și dorește. Dar după aceea, Părintele rămas activ și energic intervine și provoacă fenomenul „mahmurelii", ca în mahmureala alcoolică — după ce Copilul a avut prea multă libertate se instalează sentimente de vinovăție și depresie de tip maniaco-depresiv.

Astfel stau lucrurile cu un Adult slab „investit" sau inactiv. De fapt, Adultul este singura forță care poate interveni eficient între Părinte și Copil, și toate intervențiile terapeutice trebuie să ia în calcul acest lucru. Se pare că Adultul poate primi din exterior permisiunea de a-și mobiliza propria energie sau poate fi încărcat de o sursă externă, și atunci e în măsură să intervină între Părinte și Copil. Își subordonează Părintele, și astfel Copilul are libertatea să acționeze după voie. Dacă Părintele obiectează ulterior, Adultul rămâne „investit" și i se poate opune.

Relația dintre Părinte și Copil se aplică și invers. Părintele poate nu numai să ia din energia Copilului ca să i se opună, ci și să-i transfere energie, ca să-l incite. Astfel, un Părinte „rău" creează un Copil „rău" nu doar îndemnându-l să facă lucruri „rele", ci și dându-i energie pentru asta[149]. E un lucru binecunoscut schizofrenicilor vindecați cu ajutorul analizei tranzacționale, prin intermediul re-parentajului[150]. În re-parentaj, Adultul își exercită de asemenea funcția devenind suficient de activ pentru a se opune Părintelui înlăturat, dacă acesta reintră în acțiune.

Am menționat că există permisiuni pozitive sau autorizații, prin care terapeutul sau Adultul spune: „Lasă-l s-o facă!", și permisiuni negative sau eliberări, în care argumentul este: „Încetează să-l mai împingi să facă asta!"

Prin urmare, factorul decisiv în terapie constă în a agăța mai întâi Adultul pacientului. Dacă terapeutul și Adultul pot

---

149 Psihanaliza acceptă ideea că se poate transfera energie din Se în Supraeu și că Supraeul este, de fapt, o parte clivată a Se-ului. Ea manifestă însă mai puțin entuziasm față de ideea că energia poate fi transferată înapoi din Supraeu în Se, dar asta e ceea ce se întâmplă în schizofrenia activă, așa că acest fenomen trebuie studiat din perspectivă energetică. Psihanaliza descurajează, cel puțin în practică, Adultul, abuzând de termenul „intelectualizare". Tocmai de aceea, „vindecările prin transfer" sunt moartea „terapiei psihanalitice". Nu mai rămân posibilități pentru altceva. Doar în ultima fază a psihanalizei formale, Adultului i se permite exprimare deplină, și când se petrece acest lucru, pacientul e considerat „vindecat". Altfel spus, într-o psihanaliză, pacientul este vindecat când analistul îi dă în sfârșit permisiunea de a gândi singur. În analiza tranzacțională, Adultul e solicitat ca aliat cât mai curând cu putință și-și dovedește valoarea. Protecția nu presupune o vindecare prin transfer, ci este pur și simplu o modalitate de a traversa o etapă mai dificilă pe drumul spre încrederea în sine. Omul care învață să călărească, să sară de la trambulină sau să piloteze un avion are nevoie la început de protecție similară, dar asta nu înseamnă că este „dependent" de instructorul său în vreun sens reprobabil. Când e pregătit, își dă drumul singur (în cazul sporturilor menționate, probabil după zece săptămâni). Orice om care învață să se confrunte cu o forță a naturii are nevoie de zece săptămâni de protecție, poate mai mult în unele cazuri.

150 Schiff, J. *et al.* „Reparenting in Schizophrenia". *Transactional Analysis Bulletin*, 8: 45-75, Iulie 1969.

să cadă de acord și să formeze o alianță, această alianță poate fi folosită împotriva Părintelui, pentru a-i da copilului permisiunea fie să facă un lucru interzis, fie să nesocotească o provocare Parentală. După ce criza ia sfârșit, Copilul lui Pat tot mai trebuie să se confrunte cu un Părinte rămas cu energia intactă. În cazul unei permisiuni pozitive („Ai voie să ai orgasm cu soțul tău dacă vrei"), Copilul poate fi secătuit de energie și prea slab ca să se împotrivească Părintelui pornit să-l pedepsească. După o permisiune negativă („Nu trebuie să te îmbeți ca să dovedești că ești bărbat"), Copilul e încordat, irascibil și poate plin de resentimente la adresa celui care i-a dat permisiunea să se împotrivească. În această stare de frustrare și vulnerabilitate, nu are nici o apărare împotriva tachinării răutăcioase a Părintelui. În ambele cazuri, acesta e punctul în care terapeutul trebuie să fie disponibil, pentru a apăra Copilul de răzbunarea ori disprețul Părintelui.

Acum putem vorbi cu o anumită siguranță de „cei trei P" ai terapiei, care stabilesc eficacitatea terapeutului: puterea, permisiunea și protecția.[151] Terapeutul trebuie să-i dea Copilului permisiunea de a nu se supune poruncilor și provocărilor Parentale. Pentru a face eficient acest lucru, el trebuie să fie și să se simtă puternic — nu atotputernic, ci suficient de puternic pentru a se confrunta cu Părintele pacientului. După aceea, el trebuie să se simtă suficient de puternic — și Copilul pacientului trebuie să creadă acest lucru — pentru a-i oferi protecție în fața mâniei Parentale. (Cuvântul „putere" este folosit aici în sensul care se aplică terapeuților de ambele sexe.)

Della (capitolul 3) oferă un exemplu ilustrativ simplu. Ea avea momente de desprindere de realitate, în care bea, și în timpul acestor episoade o pândea pericolul de a-și distruge viața.

— (1) Dacă nu termin cu asta, a spus ea (Adultul), am să mă distrug și am să-mi distrug și copiii.

— (2) Așa e, a răspuns doctorul Q, agățându-i astfel Adultul deja activ. (3) Prin urmare, ai nevoie de permisiunea de a termina cu băutul.

[151] Crossman, P. „Permission and Protection". *Transactional Analysis Bulletin*, 5: 152, Iulie 1966.

— (2) Sigur că da. (Adultul)

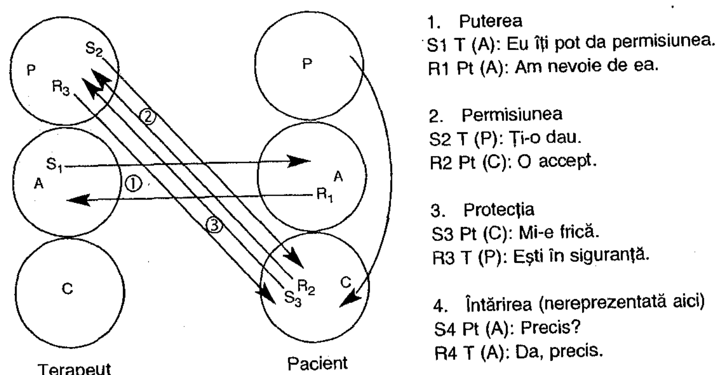
— (6) Foarte bine! (4) Păi atunci, termină cu băutul (Părintele adresându-se Copilului ei).

— (5) Ce să fac când mă simt foarte încordată? a întrebat ea (Copilul).

— (5) Dă-mi telefon (procedură Adultă).

Della a procedat întocmai, cu rezultate bune. În acest caz, tranzacțiile sunt: (1) Agață Adultul sau așteaptă să devină activ. (2) Formează o alianță cu Adultul. (3) Declară-ți planul și vezi dacă Adultul e de acord. (4) Dacă totul e limpede, dă-i Copilului permisiunea de a nu da ascultare Părintelui. Asta trebuie făcut clar și folosind imperative simple, fără „dacă" și „dar". (5) Oferă-i Copilului protecție în fața urmărilor. (6) Întărește acest lucru spunându-i Adultului că totul e bine. Trebuie menționat că episodul relatat a fost a doua încercare a doctorului Q de a-i acorda Dellei permisiunea. Prima dată a răspuns Copilul ei, nu Adultul: „Dar ce-am să fac dacă mă simt încordată și vreau să beau?" Imediat ce a auzit Copilul spunând „dar", „dacă" și „și", doctorul Q și-a dat seama că permisiunea nu va ține, așa că a renunțat la manevră și a trecut la altceva. De astă dată, Della a întrebat: „Ce să fac când mă simt încordată?" Din moment ce fraza ei nu conținea nici un „dacă", „și" sau „dar", doctorul Q a considerat că Della e pregătită să reușească. Permisiunea a fost puternică, fiindcă nici el nu a folosit vreun „dacă", „și" sau „dar". Se poate observa că n-a urmat pașii în ordine numerică, ci i-a adaptat la ceea ce se petrecea.

În rezumat: (1) Permisiunea înseamnă autorizația de a renunța la un comportament la care Adultul vrea să renunțe sau eliberarea de un comportament negativ. (2) Puterea înseamnă capacitatea de a face față confruntării. „Dacă" și „dar" nu-i sugerează unui Copil putere. Orice permisiune ce conține un „dacă" sub forma unei condiții sau a unei amenințări nu e bună la nimic; la fel și dacă e condiționată, amendată sau micșorată printr-un „dar". (3) Protecția înseamnă că pe parcursul acestei etape, pacientul poate să facă apel la terapeut, la nevoie, așa încât acesta să-și exercite iarăși



Tranzacția permisiunii
Figura 18

puterea. Capacitatea sa protectoare constă în egală măsură în timbrul vocii și în conținutul spuselor sale.

Figura 18 prezintă cei trei pași în acordarea unei permisiuni eficiente. Primul vector, AA, reprezintă agățarea Adultului. Al doilea vector, PC, este permisiunea propriu-zisă, iar al treilea vector, PC, îl reprezintă pe terapeut acordându-i protecție Copilului pacientului în fața unui Părinte stârnit.

Terapeutul timid e la fel de nepotrivit pentru încercarea de a îmblânzi un Părinte furios cum e un cowboy timid care încearcă să călărească un cal sălbatic. Iar dacă terapeutul e aruncat din șa, aterizează exact peste Copilul pacientului.

D. A vindeca pacienți *versus* a face progrese

Herbert O. Yardley[152] descrie sarcina îndelungată și extrem de dificilă de a sparge un cod japonez în timpul

152 Yardley, H.O. *The American Black Chamber*. Bobbs-Merril Company, New York, 1931.

Primului Război Mondial, fără a cunoaște limba japoneză. Unul dintre asistenții lui a avut următorul vis:

„Mă plimb pe o plajă cu un sac greu cu pietriș, pe care trebuie să-l car și care mă obosește foarte tare. Pot să mă ușurez cât de cât de povară astfel: ori de câte ori găsesc pe plajă o piatră care se potrivește cu una din sacul meu, pot s-o arunc pe cea din sac."

Acest vis minunat arată cum a fost tradusă în imagini sarcina laborioasă de a descifra codul, cuvânt cu cuvânt. El este totodată o parabolă a ceea ce înseamnă pentru pacient să „facă progrese". Analiza scenariului încearcă să taie curelele rucsacului, astfel încât pacientul să poată da jos din spinare întreaga încărcătură și să se simtă liber cât mai curând cu putință. Fără îndoială, sistemul terapeutic mai lent, „piatră cu piatră", îi dă terapeutului o mai mare încredere că știe ce face, dar și analiștii de scenarii încep să simtă mai multă încredere și descoperă tot mai des unde să taie, astfel încât să-l elibereze pe pacient de întreaga povară dintr-o dată. Prin asta nu se pierde nimic, din moment ce e întru totul posibil ca, ulterior, să cerceteze sacul cu pietre înlăturat și să facă același travaliu ca un psihanalist, *după ce* pacientul se simte mai bine. Sloganul terapiei „A face progrese" este: „Nu poți să te simți mai bine decât după ce ești complet analizat", pe când cel al terapiei „Vindecarea pacienților" este: „Întâi fă-te bine, iar după aceea analizăm, dacă o să mai vrei." E un lucru similar cu problema nodului gordian. Mulți oameni au încercat să desfacă nodul, din moment ce profeția spunea că acela care va reuși va deveni stăpânul Asiei. Alexandru a venit și a tăiat nodul cu sabia. Ceilalți au protestat cu tărie că nu așa trebuia să procedeze, că a ales calea cea mai ușoară, suprasimplificând problema. Dar el a rezolvat sarcina și și-a primit într-adevăr răsplata.

Altfel spus, terapeutul poate fi sau botanist, sau inginer. Botanistul intră pe un teren acoperit cu ierburi, tufișuri și arbuști și cercetează fiecare frunză, fiecare floare și fiecare fir de iarbă, ca să afle ce se petrece acolo. Între timp, fermierul

flămând spune: „Dar avem nevoie de pământul ăsta ca să-l cultivăm!" „Asta cere mult timp, replică botanistul. Nu poţi să grăbeşti un asemenea proiect." Inginerul zice: „De ce creşte aici toată vegetaţia asta? Hai să schimbăm modul de irigare, şi atunci pământul se va curăţa. E suficient să găseşti pârâul şi să construieşti digul care trebuie, şi în scurt timp necazurile tale vor lua sfârşit. E uşor!" Dar dacă „fermierul flămând" e un pacient înfometat de afecţiune, el replică: „O, dar mi-e dragă toată vegetaţia asta, aşa că prefer să rabd de foame până când cercetăm fiecare frunză, fiecare floare şi fiecare fir de iarbă." Botanistul face progrese, iar inginerul rezolvă problema — dacă-l lasă pacientul. Asta, pentru că botanica e o ştiinţă, iar ingineria, o metodă de a schimba lucruri.

Capitolul 20
TREI PREZENTĂRI DE CAZ

A. Clooney

Clooney e o femeie casnică în vârstă de treizeci şi unu de ani, pe care doctorul Q o cunoştea de când ea avea optsprezece ani, cu mult timp înainte ca el să ştie mare lucru despre analiza scenariilor. Când a venit prima oară în cabinetul lui, Clooney era speriată, însingurată, stângace şi roşea foarte mult. Dădea impresia că un spirit angelic a coborât din Rai căutând un corp pe care să-l folosească drept vehicul, iar după ce s-a instalat în corpul lui Clooney, a ajuns la concluzia că a comis o mică eroare. Tânăra avea foarte puţini cunoscuţi şi nici un prieten. Faţă de băieţii de la şcoală reacţiona cu aroganţă şi sarcasm, reuşind astfel să-i alunge foarte eficient. În plus, era supraponderală.

Prima ei perioadă de terapie s-a bazat în principal pe analiza structurală, conţinând doar câteva idei rudimentare despre jocuri şi scenarii, dar s-a dovedit suficient de eficientă încât Clooney să se căsătorească şi să aibă doi copii. După aproximativ cinci ani s-a întors, fiindcă avea dificultăţi în privinţa vieţii sociale exterioare şi considera că astfel îşi nedreptăţeşte soţul. Unul dintre lucrurile care o deranjau consta în faptul că la petreceri bea foarte mult, ca să obţină o stare degajată, iar după aceea făcea lucruri nebuneşti, ca de pildă să se dezbrace complet în urma unei provocări. A doua perioadă de terapie a ajutat-o suficient încât să poată merge la petreceri fără să facă exces de băutură. Deşi astfel de prilejuri îi displăceau în continuare, reuşea să stea de vorbă cu oamenii şi considera că e un lucru mulţumitor.

După încă vreo cinci ani, Clooney s-a întors iarăşi, de astă dată hotărâtă să se facă bine în loc să facă doar progrese. După cinci şedinţe de terapie cu grupul şi altele două individuale, a cerut încă o şedinţă individuală. Cu ocazia respectivă, s-a strecurat în cabinet, a dat să închidă uşa în urma ei fără prea multă tragere de inimă şi s-a aşezat. Doctorul Q a închis uşa şi s-a aşezat şi el. Apoi a avut loc următoarea discuţie:

C: M-am gândit la ceea ce mi-aţi spus săptămâna trecută — aţi spus că ar trebui să mă maturizez. Mi-aţi mai spus asta şi înainte, dar n-am putut să ascult cu adevărat. Şi soţul meu mi-a dat permisiunea să mă maturizez.

Q: N-am spus să te maturizezi. Nu cred să fi spus aşa ceva nimănui. Ţi-am spus că ai permisiunea să fii femeie, ceea ce este cu totul altceva. A te maturiza înseamnă să faci progrese, dar a fi femeie înseamnă că Adultul tău preia conducerea şi te faci bine.

C: Soţul meu mi-a spus că la început, când ne-am căsătorit, avea nevoie ca eu să fiu dependentă de el, dar acum nu mai are nevoie de asta, aşa că am permisiunea lui să devin femeie.

Q: Cum de a devenit soţul tău aşa de deştept?

C: A fost şi el aici, cel puţin cu spiritul. Discutăm ce se întâmplă aici şi a învăţat foarte multe, aşa că înţelege.

Q: Mama ta era la fel ca soţul tău. Şi ea avea nevoie de tine.

C: Exact. Avea nevoie să fiu dependentă de ea.

Acest lucru îl nedumereşte pe doctorul Q, fiindcă Părintele mamei era cel care-i dădea directive lui Clooney, cerându-i să fie dependentă de ea, directivă pe care Clooney a perpetuat-o în căsnicie. Dar dacă teoria scenariului era corectă, părea că ar trebui să existe de asemenea o comandă importantă de scenariu venind de la Copilul mamei. În timp ce doctorul Q se gândea la acest lucru, Clooney a schimbat subiectul.

C: Şi apoi, vorbiţi mereu despre fundul meu, şi ştim că în baie s-a întâmplat ceva ce eu n-am reuşit să-mi amintesc.

Q: Păi scena la care mă gândesc e una foarte des întâlnită. Fetiţa intră în sufragerie, unde stă mama cu prietenele ei, şi-i cade scutecul, şi toată lumea spune: „Ce drăgălaş!"

C: Da, aşa mi s-a întâmplat.

Q: Şi fetiţa e foarte ruşinată şi roşeşte, ba poate-i roşeşte şi fundul, şi asta înrăutăţeşte situaţia, fiindcă acum toţi sunt foarte interesaţi de cele ce se întâmplă şi spun: „Ia te uită! E drăgălaşă foc, ho-ho-ho!"

C: Chiar aşa mă simţeam.

Q: Asta are ceva de a face cu faptul că te-ai dezbrăcat complet la o petrecere. E una dintre căile de a stabili contactul cu oamenii pe care le cunoşti.

Ajuns aici, doctorul Q a desenat pe tablă diagrama din figura 19A. (Analiştii tranzacţionali au de obicei pe peretele cabinetului o tablă, ca să deseneze astfel de scheme când situaţia o cere.)

Q: Diagrama asta arată relaţia dintre Copilul tău şi Părintele soţului. La fel stăteau lucrurile şi cât erai copil. Părintele mamei tale avea nevoie să depinzi de ea, iar Copilul tău s-a conformat. Aşa că, vezi, în ce priveşte partea asta a căsniciei voastre, soţul tău îndeplineşte la drept vorbind rolul mamei tale.

C: Aşa e. M-am măritat cu el fiindcă e la fel ca mama.

Q: Da, dar şi Copilul mamei tale trebuie să intervină aici într-un fel sau altul.

C: O, da! Mama zâmbea întotdeauna când se întâmpla ceva stânjenitor sau când una dintre noi, fetele, făcea ceva ce ea considera obrăznicie. Pe urmă spunea: „Nu e groaznic?"

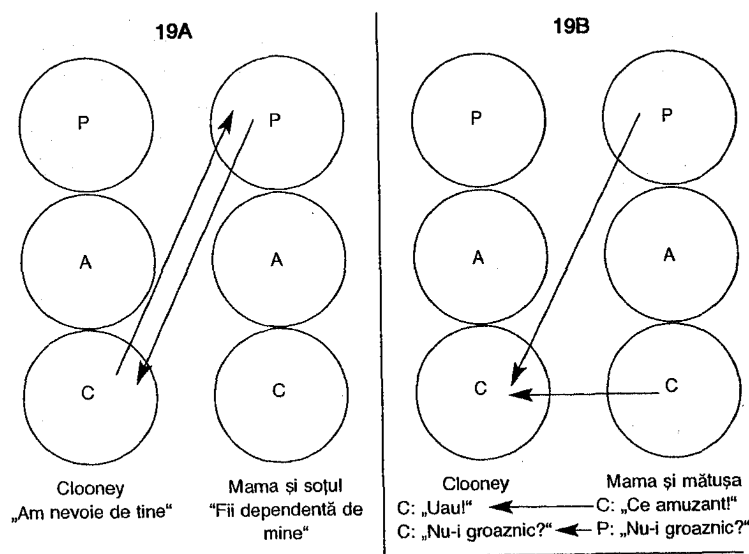
Q: E foarte important de ştiut dacă râdea sau zâmbea mai întâi şi apoi spunea „Nu e groaznic?", sau spunea „Nu e groaznic?" şi zâmbea după aceea.

C: A, vreţi să spuneţi dacă îşi lăsa mai întâi Copilul să se exprime şi apoi îi cerea iertare Părintelui sau, invers, întâi vorbea Părintele ei şi apoi se exprima Copilul.

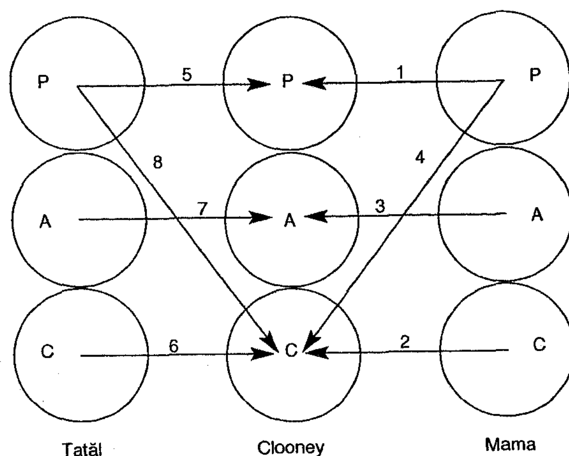
Q: Exact.
C: Înțeleg. Păi, întâi zâmbea.
Q: A, atunci înseamnă că voia ca tu să faci lucrurile pe care ea nu putea să le facă, și asta-i încânta Copilul, dar pe urmă trebuia să-i ceară iertare Părintelui ei. Exact asta faci și tu: îi ceri de fiecare dată iertare Părintelui tău. Faci obrăznicii-le în locul mamei tale, fără să te abții, iar pe urmă spui mereu: „Ce să fac cu sentimentul de vinovăție?" Așa cum, după ce Copilul mamei tale te încurajează să faci un lucru, Părintele ei intervine și-ți impune un control și mai strict.
C: Da, știu. Dar ce să fac cu sentimentul de vinovăție?
Q: Divorțezi de mama ta. Îți vezi de treburile tale. Te ocupi de problemele tale, în loc să fii complicele ei. O lași să facă singură obrăznicii, iar dacă asta o tulbură, e problema ei.
C: Mătușa mea procedează la fel.
Q: Acum punem în diagramă o săgeată care arată cum Copilul mamei tale încurajează Copilul tău să facă năzbâtii (figura 19B). Atunci Copilul ei e mulțumit și zâmbește, iar pe urmă intervine Părintele ei, cu „Nu-i groaznic?" Dar tot mai lipsește ceva, fiindcă ar trebui să intervină și tatăl tău.
C: Știu cum intervenea el. Spunea mereu că sunt o lașă și că nu pot face una sau alta. Spunea că și el e laș. Când era bolnav și avea dureri, gemea și spunea: „Sunt un laș, nu pot suporta!"
Q: Ah! Atunci putem completa așa diagrama scenariului tău (figura 19C). Deasupra, mi-l închipui pe Părintele lui spunându-ți să fii curajoasă, dar dedesubt, Copilul lui îi spunea Copilului tău că până la urmă amândoi veți fi lași. Ce-ți spunea mama deasupra?
C: Fii fată cuminte, ca să te placă oamenii.
Principala problemă de care se plânge Clooney e faptul că se teme de oameni. Întrucât nu știe cum să vorbească cu necunoscuții, preferă să stea acasă cu copiii în loc să meargă la petreceri. Ambii ei părinți sunt, la rândul lor, anxioși și stângaci în societate. Matricea scenariului (figura 19C) ia în calcul toți acești factori:

1 PP: Părintele mamei spune „Fii fată cuminte" (precept).
2 CC: Copilul mamei spune „Fă obrăznicii rușinoase" (provocare).
3 AA: Adultul mamei îi arată cum să fie o persoană lașă și stângace în societate (model).
4 PC: Părintele mamei o mustră pentru obrăznicie (interdicție).
5 PP: Părintele tatălui spune „Fii curajoasă" (precept).
6 CC: Copilul tatălui spune „Vom fi amândoi niște lași" (seducție).
7 AA: Adultul tatălui îi arată cum să fie lașă (model).
8 PC: Părintele tatălui o mustră pentru că e lașă (interdicție).

Aici, directivele scenariului par a fi distribuite egal de către ambii părinți. Amândoi îi arată lui Clooney cum să fie lașă și amândoi o fac să se simtă vinovată. Așa că n-are nimeni care s-o sprijine când se teme și nimeni la care să apeleze când are remușcări. De asta se simte singură. Dar Copilul mamei e îndrăzneț, așa că Clooney are permisiunea să facă lucruri îndrăznețe, impulsive, ca de pildă să se dezbrace complet, din moment ce mama ei consideră cu adevărat (sau considera cândva) că e un lucru drăgălaș. Apoi, când amândoi Părinții îi cer socoteală, ea trage ponoasele.
C: Știți, asta e prima oară când văd cu adevărat ce rol avea tatăl meu în tabloul ăsta, deși am mai discutat și înainte. Dar acum înțeleg cu adevărat.
Q: E foarte mult aici pentru o singură ședință.
C: Da, înțeleg o parte, dar la restul va trebui să mă gândesc.
Q: Da, se poate să nu înțelegi totul până săptămâna viitoare, dar nu te tulbura, vom relua totul.
Mai e un lucru pe care vreau să-l spun. Putem vedea aici cum Copilul tău face năzbâtii și Părintele tău te face să te simți vinovată. Și vezi că, de fapt, mama ta te-a menținut în poziția de Copil, la fel ca soțul tău, fiindcă amândoi aveau nevoie ca tu să fii așa. În privința asta ai fost o simplă mari-



19C



Matricea scenariului lui Clooney (pentru explicații vezi textul)

Figura 19

onetă în scenariul lor. Dar cred că ți-ai adus partea ta egală de contribuție la continuarea genului ăstuia de relație. Întrebarea e, unde se află Adultul tău în toate astea?

Unul dintre lucrurile care s-au întâmplat azi e acela că, intrând, ai închis ușa pe jumătate. Nici n-ai lăsat-o deschisă, ca s-o închid eu, nici n-ai închis-o cu mâna ta.

C: Dar e ușa dumneavoastră.

Q: Dar e ședința ta. De ce am ușă?

C: Pentru ca persoana care s-ar putea afla în sala de așteptare să nu audă întâmplător ce vorbesc.

Q: Și vrei ca persoana să audă întâmplător ce vorbești?

C: He-he-he! Poate că vreau.

Q: Ei bine, e ședința ta, așa că, din punctul ăsta de vedere, e ușa ta.

C: Da, dar n-aș îndrăzni să preiau controlul asupra unui asemenea lucru.

La asta, doctorul Q n-a răspuns. Se gândea. Dacă Clooney ar fi fost încrezătoare în sine și cinstită, fie ar intra și l-ar lăsa pe el să închidă ușa, fie ar închide-o ea însăși. Cum însă avea doar jumătate de Adult, închidea ușa doar pe jumătate. La nivel social nu se simțea suficient de doamnă ca să lase povestea cu ușa pe seama lui, dar se temea sau îi era rușine s-o închidă ea însăși, așa că făcea un compromis. În calitate de fetiță cuminte făcea gestul, iar ca aproape-femeie, îl lăsa pe el să finalizeze treaba. La nivel psihologic, lucrurile stăteau altfel. Clooney era timidă când se punea problema să vorbească în grup, dar Copilul ei accepta posibilitatea sau chiar își dorea să fie „auzit întâmplător“ printr-o ușă pe jumătate deschisă, mai ales când, la drept vorbind, în camera alăturată nu se afla nimeni care să audă. Toate acestea intrau în categoria „autoexpunerii“, dar aceste jocuri trebuiau abordate mai târziu. Clooney muncise destul pentru o singură zi. În cele din urmă, i-a spus:

Q: Oricum, aici intră în scenă Adultul tău: când hotărăști ce să faci, de exemplu să închizi ușa sau s-o lași deschisă. Ne vedem săptămâna viitoare, la aceeași oră.

Acest interviu a reprezentat punctul culminant al multor ani de muncă. Prima oară când Clooney a venit la el, doctorul știa foarte puține lucruri despre scenarii. Acum știa mult mai multe și subiectul îl interesa foarte tare. Clooney știa și ea mult mai multe și era pregătită să se facă bine, cu oarecare ajutor din partea soțului, care ajunsese un analist de scenarii cu pregătire indirectă, amator, dar iscusit. În general, ședințele cu Clooney erau dificile și neproductive. Avea de obicei o atitudine pleoștită și plângăreață; îi cerea doctorului s-o îmbărbăteze, îi punea întrebări fără răspuns, se enerva când el nu-i dădea răspunsul corect, iar dacă el încerca, recurgea la jocul „Da, dar". De astă dată a fost însuflețită, receptivă și atentă. Se apleca în față în timpul discuției în loc să stea pleoștită, și el proceda la fel. Amândoi au vorbit într-o manieră rapidă, însuflețită. Copilul ei a renunțat să geamă și să facă progrese, preferând să se facă bine, astfel că Adultul ei a fost liber să asculte și să gândească. Era dispusă să se gândească realist la tatăl ei, în loc să-l vadă pe doctorul Q ca pe un tată. Acest lucru i-a dat libertatea de a asculta ce spune Adultul lui, în loc să-l audă ca pe un Părinte critic. S-a transformat dintr-o pacientă cu „Creier de lemn" într-o persoană reală cu niște probleme (cum ar fi „autoexprimarea") de rezolvat. După o viață de reacții impulsive, în săptămâna aceea a făcut „întorsătura.

Acum se afla într-o poziție propice pentru a lua în discuție obiectiv aspectele corporale ale scenariului ei, în care fesele jucau un rol important. Prin intermediul Copilului ei care roșea întruna, ele controlau felul cum ședea Clooney, cum mergea, lucrurile de care se temea, ceea ce voia să facă și cum reacționa față de ea Copilul altor persoane. Acest nivel reprezenta Copilul din Copilul ei, cam același lucru cu ceea ce psihanaliza numește „inconștient". Prin urmare, rămânea să se scoată la iveală tranzacțiile de mult uitate cu părinții, în urma cărora fricile, dorințele și atenția ei s-au concentrat asupra acestei părți a corpului. Iar acest lucru trebuia făcut sub un control Adult și terapeutic atent, astfel încât Clooney să se poată confrunta cu simțămintele confuzionante și primejdioase legate de obicei de fesele care roșesc.

B. Victor

Când a venit la terapie, Victor era intens implicat în jocuri cu șeful său ierarhic, un elefant bătrân care juca „Acum te-am prins!". Victor răspundea cu „Uite, am încercat cât am putut!", „Iar am pățit-o!" și „Lovește-mă!". Când Victor se pregătea să-și schimbe serviciul, soția lui i-a spus unui prieten:

— O să încerce și o să vadă cum merge.

— N-am să încerc, a răspuns Victor. Am s-o fac.

— Deci ai renunțat în sfârșit la povestea cu încercatul! a replicat prietenul.

Când Victor i-a relatat întâmplarea, doctorul Q a remarcat:

— Așadar, acum ai permisiunea de a reuși.

— Nu e vorba că am permisiunea de a reuși. Mie îmi trebuie permisiunea să termin cu „încercatul".

— Asta cum vine?

— Mama îmi spunea mereu: „Încearcă și tot încearcă, iar dacă nu merge, tot e bine." Acum, că știu marțiana, îmi dau seama că pentru Copilul meu, asta a însemnat: „Nu reuși, e mai bine să mergi acasă la mama." Așa că am nevoie să fiu eliberat de „încercat", ca să pot face pur și simplu. Acum sunt băiat mare. Îmi puteți da numele unor oameni din New York?

Ceva l-a făcut pe doctorul Q să ezite, dar din moment ce era un lucru obișnuit ca, atunci când pacienții se mutau în alt oraș, să li se dea numele unor terapeuți cărora să li se poată adresa, și-a consultat agenda și i-a dat lui Victor numele și adresa a doi medici de pe coasta de est.

— Le veți trimite fișa mea sau ce alte documente aveți despre mine?

De astă dată, doctorul Q și-a ascultat intuiția și a răspuns:

— Numai dacă mi le cer.
— De ce?
— Păi, acum, că te-ai făcut bine, se presupune că ai lăsat toate lucrurile astea în urmă. Dacă ceva merge prost, poți să le vorbești chiar tu despre ele.

Acum, doctorul știa ce e în neregulă. Victor se eliberase de elefant și de doctorul Q, dar în mintea Copilului său, se afla deja sub protecția celor doi psihiatri din est și, astfel, renunțase la o parte din autonomia sa câștigată recent și cu multă muncă.

— Uite ce-ți propun: arde hârtia aceea cu cele două nume.
— Dar am să le țin minte oricum, așa că aș putea la fel de bine s-o țin în portmoneu.
— Arde-o.
— Un ritual, a remarcat Victor.
— Exact. Prin asta, Adultul tău îi spune Copilului că poți să sacrifici acele două nume și să reușești singur.

Victor l-a privit, și doctorul Q știa ce se gândește. („Am să încerc.")

— Arde-o, a repetat el.

Victor a zâmbit. Ședința s-a încheiat. Cei doi s-au ridicat și au dat noroc, și astfel s-a terminat terapia lui Victor.

C. Jan și Bill

Jan și Bill au venit la doctorul Q solicitând terapie de grup. Făcuseră parte din grupuri de analiză tranzacțională (sau grupuri „AT", cum le numeau ei) timp de aproximativ un an, cu mai mulți terapeuți care lucrau împreună, și de asemenea participaseră la patru sau cinci „maratonuri". Amândoi se simțeau recunoscători pentru aceste experiențe, care-i apropiaseră mai mult și avuseseră totodată și alte rezultate benefice. Se vedea clar că se iubeau foarte mult

după trei ani de căsnicie și că-și iubeau foarte mult cei doi copii mici.

— Cât timp a trecut de când n-ați mai participat la grup? a întrebat doctorul Q.

Bill s-a uitat la Jan; ea i-a zâmbit și a răspuns:

— Am renunțat acum un an.
— Și de ce vreți să reluați lucrul?
— Sunt o mulțime de lucruri care s-ar putea îmbunătăți, a spus Bill. Mă simt bine majoritatea timpului, dar aș vrea să mă simt bine tot timpul.
— O sarcină destul de dificilă, a remarcat doctorul Q.
— Păi pot fi mai concret, a continuat Bill. Serviciul meu, vânzarea de cărți rare, e de fapt o chestiune de interacțiune bună cu oamenii. Înainte să recurg la AT, nu m-aș fi gândit că pot fi vânzător, și totuși acum asta sunt, și îmi fac bine meseria. Dar m-aș descurca și mai bine dacă Adultul meu ar păstra controlul asupra situației chiar și în condiții de stres. De pildă, consider că merit o mărire de salariu. Acum câștig vreo opt sute de dolari pe lună, mai mult decât am câștigat toată viața mea, și pentru prima oară putem să ne permitem lucrurile pe care le vrem, în loc să trăim mereu pe muchie de cuțit. Numai într-o firmă mică, cu doar doi-trei angajați, nu e așa ușor să ceri o mărire de salariu și cred că șeful meu ar prefera să nu mi-o acorde. Dar știu destul de bine cum merge afacerea și sunt destul de eficient ca să merit mărirea. Acum doi ani n-aș fi putut spune așa ceva, dar acum chiar cred că așa stau lucrurile. Problema e să-mi mențin Adultul la cârmă și să nu-mi las Copilul să preia controlul în momentul critic și să înceapă vreun joc. Mai trebuie să știu și ce pune la cale șeful meu, fiindcă are și el jocurile lui. Așa că pot ori s-o dau îm bară, cerând mărirea de salariu în așa fel încât să n-o obțin, după care să mă înfurii, lucru care ar fi periculos și inutil, ori să trec dincolo de jocurile lui și să-l conving să ne așezăm amândoi și să calculăm cât merit. Așa că-n momentul ăsta am nevoie de puțin ajutor ca să fac treaba asta. Și cred că, de fapt, vreau și am nevoie să mai lucrez cu scenariul meu.

Tatăl meu era alcoolic, iar mama accepta situația ca atare, așa că undeva, în fundal mă pândește tot timpul un scenariu de învins. De asta o mai dau în bară când și când, și vreau să încetez. Prin urmare, am nevoie să-mi înțeleg mai bine scenariul și am nevoie de niște permisiuni bune. Fac toate astea un contract bun pe baza căruia să lucrăm împreună?

— Încă nu sunt sigur, a răspuns doctorul Q. Există ceva mai concret?

— Beau și acum mai mult decât cred că e indicat ca să meargă treaba strună, a spus Bill.

— Ce-ai zice să începem cu un contract „anti-Alcoolic"? a propus doctorul Q. Asta ne va ajuta să ne ocupăm de scenariul tău și-ți va întări totodată Adultul.

— Pare un punct de pornire foarte bun, a răspuns Bill.

— Tu ce vrei să obții, Jan?

— Vreau ca, în primul rând, Copilul meu să fie mai liber și mai creativ. Eu sunt asistentă de laborator și fac și acum meseria asta, cu jumătate de normă, dar după ce am intrat în grupul doctorului X, m-am apucat de scris și mă descurc bine. Vreau să mă descurc și mai bine. Am o mulțime de instrucțiuni vrăjitorești de la mama mea, și Copilul meu se teme în continuare de ele, iar asta are o influență negativă. În plus, am nevoie să primesc mângâieri cu regularitate și aș putea să-mi îmbunătățesc modalitățile de a le obține.

— Povestește-mi un vis, a cerut doctorul Q.

— Înainte aveam niște coșmaruri îngrozitoare. Știți, mi-am petrecut doi ani din copilărie în Londra, sub bombardament, alergând mereu în adăposturi, și în perioada aceea mi-am văzut tatăl doar o dată, când a avut permisie. Dar acum am vise minunate, în care plutesc și zbor și văd culori dintre cele mai frumoase.

— Se pare că doctorul X a făcut treabă foarte bună cu voi amândoi, a remarcat doctorul Q. De ce vreți să intrați într-unul din grupurile mele?

— Într-adevăr, el ne-a ajutat foarte mult, a spus Bill. Dar spre final părea că am ajuns la un fel de platou, și ne-am gândit că poate aveți niște idei noi care să ne fie de folos. Suntem încă departe de a fi perfecți. La început eram amândoi broaște, dar acum Jan e cu siguranță prințesă, iar eu cred că pot învăța să fiu prinț.

Când soțul ei a rostit aceste cuvinte, Jan a zâmbit — un zâmbet frumos, care se potrivea fără doar și poate pe fața unei prințese. Dar mai existau rămășițe ale nevrozei ei din perioada războiului. Zgomotele puternice nu-i mai stârneau panică, dar tot îi tulburau șirul gândurilor. Așa că în privința ei, au convenit asupra unui contract de a-i vindeca ultimele rămășițe ale neliniștilor; acest lucru avea să-i confere Copilului ei creativ și mai multă libertate, lucru care reprezenta principalul ei obiectiv, și totodată avea s-o facă să se simtă mai confortabil în prezența copiilor și să-i facă și pe aceștia să se simtă mai confortabil în prezența ei. Doctorul Q nu se îndoia că doctorul X ar fi fost de acord cu aceste demersuri, așa că le-a făcut celor doi anamneza psihiatrică și medicală, ca pregătire pentru intrarea într-unul din grupurile sale.

Acest caz ilustrează comoditatea analizei tranzacționale. Jan, Bill și terapeuții lor vorbeau aceeași limbă, și astfel cuplul a putut să treacă de la un terapeut la altul, indiferent de punctul în care se aflau pe traseul evoluției lor, fără ca ea să sufere astfel vreo întârziere observabilă. Cu toate că doctorul Q le era străin amândurora, nu le-a fost deloc greu să-i explice ce rezultate obținuseră până în acel moment și ce sperau să facă în continuare. De asemenea, știau în ce constau dificultățile și puteau să le explice în limbajul simplu pe care-l înțelegeau toți trei.

După ce au intrat în grup, cei doi au putut să le explice exact celorlalți pacienți unde se află, iar aceștia au înțeles despre ce e vorba. Și ascultându-i pe ceilalți, Jan și Bill au putut să-și dea seama, în scurt timp, în ce punct al evoluției se afla fiecare și încotro se îndrepta. Asta s-a întâmplat în prima ședință. Ulterior, cei doi au fost pregătiți să se angajeze în tranzacții mai personale cu ceilalți pacienți, care au reușit în scurtă vreme să găsească urme ale Părintelui Tată alcoolic

al lui Bill, ale mamei-vrăjitoare a lui Jan și alte elemente semnificative. Aceste lucruri au fost posibile fiindcă toată lumea folosea același limbaj simplu și se referea la același lucru când folosea un anumit cuvânt. Iar cuvintele cele mai utile țineau de fondul lexical de bază, putând fi înțelese de un copil de grădiniță pe baza experienței lui: părinte, adult, copil, jocuri, permisiune și scenariu. (Copiii care nu înțeleg cuvântul „scenariu" înțeleg în schimb „ce vei face cu viața ta".)

Partea a V-a

ABORDĂRI ȘTIINȚIFICE ALE TEORIEI SCENARIULUI DE VIAȚĂ

Capitolul 21

OBIECȚII LA ADRESA TEORIEI SCENARIULUI DE VIAȚĂ

Mulți oameni aduc obiecții la teoria scenariilor de viață, fiecare din propriul punct de vedere. Cu cât se poate răspunde mai satisfăcător la aceste obiecții, cu atât se deduce mai ferm că teoria scenariului de viață este validă.

A. Obiecții spirituale

Unii simt intuitiv că teoria scenariilor nu poate fi validă pentru că e contrară destinului omului ca ființă a liberului arbitru. Ideea trezește în ei un fel de dezgust, din moment ce pare să reducă omenirea la un mecanism fără vitalitate proprie, așa cum face teoria condiționării, în forma ei extremă. Pe acești oameni îi neliniștește, din aceleași motive umanitare, și teoria psihanalitică, aceasta reducând omul, într-o formă a ei, la un sistem energetic cibernetic închis, cu doar câteva canale limitate de intrare și ieșire, fără a mai rămâne loc pentru divinitate. Ei sunt descendenții morali ai oamenilor care au avut aceeași părere despre teoria darwinistă a selecției naturale, care, în mintea lor, reducea procesele vieții la mecanică și nu mai lăsa loc pentru creativitatea Mamei-Natură. La rândul lor, aceștia sunt descendenții celor care l-au considerat pe Galilei intolerabil de impertinent. Totuși, astfel de obiecții, născute dintr-un respect filantropic față de demnitatea omenească, trebuie tratate cu considerația de rigoare. Răspunsul, sau scuzele dacă vreți, constă în următoarele:

1. Analiza structurală nu are pretenția de a răspunde la *toate* întrebările privind comportamentul uman. Ea face anumite afirmații cu privire la comportamentul social observabil și la experiențele lăuntrice, iar aceste afirmații sunt valide. Nu se ocupă, cel puțin oficial, cu esența ființei, cu Sinele. Oferă în mod deliberat un concept ce-i depășește teritoriul, constructul investirii libere, în care rezidă Sinele, și astfel lasă un întreg domeniu — cel mai important în multe privințe — pe seama filosofilor, metafizicienilor, teologilor și poeților, care să se ocupe de el după cum consideră de cuviință. Ea nu încearcă în nici un fel să pătrundă în această zonă bine definită și așteaptă aceeași politețe din partea celor care se ocupă de problema esenței umane lăuntrice, Sinele. Nu are dorința de a intra nepoftită nici în turnul de fildeș, nici în catedrală, nici în manuscrisul poetului și nici în tribunal, dar pe de altă parte, nu se așteaptă nici să fie târâtă în vreunul din aceste locuri împotriva voinței sale.

2. Teoria scenariului nu afirmă că *toate* comportamentele umane sunt conduse de scenariu. Ea lasă cât de mult loc posibil pentru autonomie, ba mai mult, autonomia este idealul ei. Afirmă doar că relativ puțini oameni o obțin pe deplin și numai în ocazii speciale. Întregul ei scop constă în a amplifica distribuirea acestui bun neprețuit și oferă o metodă de a face acest lucru. Dar prima cerință constă în a separa falsul de autentic, și în asta constă toată misiunea ei. E adevărat însă că numește lanțul pe față „lanț", lucru care n-ar trebui luat drept insultă de către cei care-și iubesc lanțurile sau preferă să și le ignore.

B. Obiecții filosofice

Acestea sunt deopotrivă transcendentale și existențiale. Analiza scenariului consideră imperativele ca fiind directive primite de la părinți, scopul existenței fiind pentru cei mai mulți îndeplinirea acestor directive. Dacă filosoful spune: „Gândesc, deci exist", analistul de scenarii întreabă: „Da, dar de unde știi *ce* să gândești?" Filosoful răspunde: „Da, dar nu la asta mă refer." Cum amândoi spun „da, dar", se pare că nu vor ajunge nicăieri. Însă această neînțelegere poate fi clarificată foarte ușor.

1. Analistul de scenarii se ocupă *doar* de fenomene și nu pătrunde pe teritoriul transcendentalului. El spune: „Dacă încetezi să mai gândești așa cum ți-au poruncit părinții și începi să gândești cu capul tău, vei gândi mai bine." Dacă filosoful obiectează că gândește deja cu capul lui, analistul de scenarii ar putea fi nevoit să-i spună că asta e o iluzie într-o anumită măsură și, în plus, că e singura iluzie pe care nu și-o poate permite. Se poate ca filosofului să nu-i placă asta, dar analistul de scenarii trebuie să susțină ceea ce știe. Așadar, conflictul, la fel ca în cazul celor cu obiecții spirituale, există între ceva ce nu-i place filosofului și ceva ce analistul de scenariu știe, așa că problema trebuie lăsată la o parte până când filosoful e dispus să se ia pe sine mai în serios.

2. Când analistul de scenarii spune: „Scopul existenței majorității oamenilor constă în a îndeplini directivele parentale", existențialistul obiectează: „Dar ăsta nu e cu adevărat un scop, în sensul în care folosesc eu cuvântul." Analistul de scenarii răspunde: „Dacă găsești unul mai bun, anunță-mă." Prin asta vrea să spună că individul nu poate nici măcar să se gândească să găsească un scop mai bun, câtă vreme se mulțumește să urmărească directivele parentale. Ceea ce oferă el este autonomia. Existențialistul întreabă atunci: „Da, dar problema mea este ce faci cu autonomia după ce o obții?" Analistul răspunde: „Despre asta nu știu mai multe decât tine. Știu doar că unii oameni sunt mai puțin nefericiți decât alții fiindcă au mai multe opțiuni în viață."

C. Obiecții raționale

Obiecția rațională este: „Ai spus chiar tu că rolul Adultului constă în a lua hotărâri raționale și că toți oamenii au un Adult care să se ocupe de treaba asta. Și atunci cum poți spune totodată că hotărârile au fost deja luate de Copil?"

O observație bună. Dar există o ierarhie a deciziilor, și la nivelul cel mai înalt se află hotărârea de a urma sau a nu urma un scenariu, și până când se ia acea hotărâre, toate celelalte vor fi lipsite de o putere în a schimba destinul final al individului. Ierarhia este următoarea: (1) De a urma sau de a nu urma un scenariu. (2) Dacă urmezi un scenariu, pe care anume? Dacă nu urmezi un scenariu, ce faci în schimb? (3) Hotărâri „permanente": să te căsătorești sau nu, să ai copii sau nu, să te sinucizi, să omori pe cineva, să înnebunești, să demisionezi ori să fii concediat sau să reușești. (4) Hotărâri „instrumentale": cu care fată să te însori, câți copii să ai, cum să te sinucizi etc. (5) Hotărâri „temporale": când să te căsătorești, când să ai copii, când să te sinucizi etc. (6) Hotărâri „recomandabile": câți bani să-i dai soției, la ce școală să-ți înscrii copiii etc. (7) Hotărâri „presante": să mergi la petrecere ori să stai acasă și să faci sex, să-ți bați fiul sau să-l cerți, să vizitezi mina astăzi sau mâine etc. Fiecare nivel din această ierarhie se subordonează tuturor celor superioare și fiecare nivel inferior este neînsemnat în comparație cu cele de deasupra. Însă toate nivelurile contribuie la rezultatul final și sunt menite să-l producă pe cât mai eficient cu putință, indiferent dacă rezultatul este determinat de scenariu sau ales autonom. Prin urmare, înainte să se ia prima hotărâre, nici o alta nu este „rațională" în sensul existențial ultim, ci e o hotărâre „regizată", raționalizată pe temeiuri false.

„Dar nu există scenariu", spune cel care avansează obiecția rațională.

Din moment ce face obiecții raționale și nu spune acest lucru doar pentru că teoria scenariului de viață îl neliniștește, facem efortul de a-i răspunde. Asta e ocazia noastră de a face o inferență foarte puternică. Mai întâi îl întrebăm dacă a citit cartea cu atenție, iar apoi îi oferim câteva dintre cele mai puternice argumente ale noastre, care pot să-l convingă sau nu.

Să presupunem că nu există scenariu. În acest caz: (a) Oamenii nu aud în minte voci care le spun ce să facă sau, dacă le aud totuși, acționează întotdeauna independent (adică nici nu se supun, nici nu se revoltă); (b) Oamenii cu mai multe voci care le spun ce să facă (de exemplu, cei crescuți într-o serie de cămine adoptive) sunt la fel de siguri pe ei înșiși ca aceia crescuți într-un singur cămin stabil; (c) Oamenii care iau droguri ori beau în exces ori se ușurează pe podea (hippy de un anumit tip) nu simt de obicei că sunt împinși de forțe lăuntrice mai presus de controlul lor, spre un destin bine definit, ci consideră fiecare astfel de acțiune ca fiind rezultatul unei decizii izolate, autonome. Sau, alternativ, „forțele lăuntrice" sunt ireversibile și nu pot fi schimbate prin metode psihologice.

Dacă toate aceste ipoteze sunt adevărate, sau poate chiar și numai una dintre ele, atunci probabil că nu există scenariu. Dar dovezile clinice arată că ele sunt false și, prin urmare, există scenariu.

D. Obiecții doctrinare

Obiecțiile doctrinare intră în două categorii principale: religioase și psihanalitice. Dintr-un punct de vedere religios, problema scenariului este cea a predestinării sau a ceva similar *versus* liberul arbitru: presbiterieni *versus* evrei, romano-catolici *versus* scientiști etc. Asemenea diferențe de puncte de vedere, cum sunt ele prezentate de obicei, ies de pe teritoriul investigației științifice.

Obiecțiile psihanalitice sunt iezuite. Ca doctrină, analiza scenariului nu este independentă de psihanaliză și nici irelevantă pentru aceasta, ci reprezintă o extensie a ei și, în consecință, unii o consideră antianalitică, nu păgânism propriu-zis, ci erezie în contextul doctrinei propriu-zise. Astfel, erezia monofizită a fost doar o extensie a doctrinei romano-catolice și a provocat Bisericii mult mai multă neliniște decât păgânismul, pentru care pedeapsa era doar convertirea, nu decapitarea.

Ca să discutăm obiecțiile ridicate de anumiți psihanaliști (de obicei când se confruntă cu un membru activ al instituției care vrea să facă analiză de scenariu într-o clinică sau într-un spital de orientare psihanalitică), e nevoie să găsim semnificația termenului „antianalitic".

Analiştii de scenarii subscriu la doctrinele lui Freud în întregime şi vor doar să adauge ceva, în lumina experienţei ulterioare. Diferenţa dintre concepţia ortodoxă şi cea a analizei scenariului este una de accent. De fapt, analiştii de scenariu sunt „freudieni mai buni" decât analiştii ortodocşi. Autorul cărţii de faţă, spre exemplu, pe lângă faptul că a repetat şi a confirmat observaţiile convenţionale făcute de Freud, îi împărtăşeşte de asemenea întru totul părerile cu privire la pulsiunile de moarte şi la larga răspândire a compulsiei la repetiţie. Pentru aceasta, a fost numit „antifreudian". El consideră totodată că prin cuvintele scurte se poate exprima ceea ce ştim despre psihicul omenesc în mod mai concis, mai mai relevant şi mai inteligibil decât prin cuvintele lungi şi că terminologia freudiană a fost folosită într-un mod eronat cu un scop pe care Freud personal l-ar deplânge: mascarea realităţii. Pentru asta, autorul a fost numit „antianalitic" — nu fiindcă a luat vreo măsură în privinţa asta, ci doar pentru că a exprimat ideea.[153] Analiştii de scenarii cred în inconştient, dar pun accentul pe conştient când au de-a face cu pacienţi pentru care psihanaliza ortodoxă este mai mult sau mai puţin nepotrivită, conform declaraţiilor lui Freud însuşi.[154] În plus, analiştii de scenarii nu afirmă că ceea ce fac ei este psihanaliză, fiindcă nu este. (Majoritatea terapeuţilor care practică psihoterapia psihanalitică — iar asta *nu* e psihanaliză — încearcă să urmeze regulile prescrise pentru psihanaliză, care sunt neadecvate, fireşte, şi obstrucţionează tratamentul.) Prin urmare, analiza de scenarii poate fi numită „parafreudiană" (de către cei cu motive proprii de a face caz de acest lucru), dar nu poate fi numită pe bună dreptate antianalitică şi în nici un caz antifreudiană.

O altă obiecţie doctrinară la adresa teoriei scenariilor de viaţă este aceea că nu aduce nimic nou, că e pur şi simplu concepţia lui Adler despre stilul de viaţă în haine moderne

153 Giovacchini, P.L. „Characterological Aspects of Marital Interaction". *Psychoanalytic Forum* 2: 7-29, Primăvară, 1967, cu comentarii de E. Berne şi răspuns din partea lui Giovacchini.

154 Freud, S. *New Introductory Lectures on Psycho-Analysis*. W.W. Norton & Company, New York, 1933, p. 212.

sau o versiune a arhetipurilor jungiene etc. Adevărul este că faptele există dintotdeauna şi au fost remarcate de mulţi observatori inteligenţi, şi e irelevant a stabili dacă teoria scenariului de viaţă confirmă afirmaţiile altora sau acestea confirmă teoria scenariului. Freud foloseşte şaptezeci şi nouă de pagini (în ediţia mea) pentru a prezenta în rezumat observaţiile precursorilor săi cu privire la teoria viselor, mulţi dintre aceştia făcând afirmaţii „psihanalitice". Darwin foloseşte doar nouă, dar citează multe afirmaţii „evoluţioniste" făcute de alţii înaintea lui. Dar afirmaţiile, oricât de juste şi de numeroase, nu alcătuiesc o teorie. Esenţa teoriei scenariului de viaţă constă în analiza structurală. Fără teoria stărilor Eului, mai exact a stărilor de Părinte, Adult şi Copil ale Eului, poate să existe un număr infinit de observaţii şi afirmaţii pertinente, dar nu şi o teorie asupra scenariului de viaţă. Ca să-şi merite numele, orice teorie, în orice domeniu al ştiinţei, trebuie să se bazeze pe elemente structurale; fără ele se va prăbuşi ca un castel din cărţi de joc, care poate fi plăcut privirii, dar nu are nimic să-l susţină în faţa celor mai mici adversităţi şi nici nu poate susţine nimic în afara propriei sale greutăţi.

Teoria scenariului de viaţă are faţă de predecesoarele sale acelaşi avantaj ca sistemul cifrelor arabe faţă de sistemul roman, şi din acelaşi motiv: se lucrează mai uşor cu elementele sale. Să ne închipuim sarcina unui constructor roman, care trebuie să-ţi calculeze costul a cincizeci de articole, începând cu MCMLXVIII cărămizi, la preţul de LXXXVIII oboli bucata. Un antreprenor modern poate să rezolve întreaga sarcină în mai puţin de jumătate de oră, folosind elemente numerice mai bune, şi să folosească timpul economisit astfel pentru a se gândi la arhitectură, fără să fie deranjat de către factorii perturbatori irelevanţi impuşi asupra colegului său roman.

În practică, majoritatea obiecţiilor doctrinare rezultă din ceea ce Freud numeşte „aversiunea caracteristică oamenilor de ştiinţă faţă de a învăţa ceva nou". Ea nu mai e la fel de prevalentă ca în vremea sa, când Freud remarca reacţiile faţă de teoria sa asupra viselor: „fireşte, cea mai puţină atenţie i-au acordat-o aşa-numiţii «cercetători ai viselor» [...] singu-

rul meu răspuns posibil pentru cei care mă critică ar fi să mai citească încă o dată această carte. Poate cerința ar trebui să fie, de asemenea, aceea de a o citi ca pe un întreg." O îmbunătățire adusă psihanalizei e tot atât de antipsihanalitică pe cât o îmbunătățire a avioanelor ar fi o insultă la adresa fraților Wright.

E. Obiecții empirice

Ne vom ocupa aici doar de cea mai frecvent întâlnită dintre obiecțiile empirice la adresa teoriei scenariului de viață, întrucât ea poate fi abordată cu concizie maximă: „Dacă destinul oamenilor se stabilește prin programare parentală, cum se face că într-o familie cu mai mulți copiii, aceștia ajung să fie atât de diferiți?"

Primul comentariu este acela că nu întotdeauna copiii din aceeași familie ajung să fie diferiți. În unele familii se întâmplă așa, în altele, nu. Există multe cazuri în care toți frații sunt în mod uniform plini de succes, alcoolici, suicidari sau schizofrenici. De multe ori, astfel de rezultate sunt atribuite eredității, punând geneticienii într-o poziție complicată când frații ajung să fie diferiți: în acest caz, ei pot să aducă argumente, întrucâtva neconvingătoare, din perspectiva unui mendelianism modificat, care nu înseamnă mult mai mult decât o mormăială fără noimă. Susținătorii autodeterminismului se află în poziția inversă: argumentează cu vigoare în cazurile în care frații ajung să fie diferiți, dar sunt reduși la mormăială fără noimă când se confruntă cu uniformitatea. Teoria scenariilor de viață poate cuprinde ambele situații.

Scenariul adus în discuție aici este cel al părintelui, din care derivă scenariul copilului. Copiii ajung să fie diferiți din același motiv pentru care Cenușăreasa a ajuns diferită față de surorile ei vitrege. Scenariul mamei cerea să aibă niște fiice învinse și o fiică vitregă învingătoare. În celălalt motiv binecunoscut de basm, cei doi frați mai mari isteți se dovedesc ulterior a fi proști, pe când fratele cel mic, prost, se dovedește a fi cel mai isteț (după cum știa în taină mama lor încă de la început, din moment ce ea însăși aranjase lucrurile astfel). Pe de altă parte, ambii frați Grahi erau la fel de talentați și la fel de devotați față de interesele populației, și amândoi au avut același sfârșit, fiind asasinați; cei cinci sau zece sau cincisprezece sau douăzeci de copii ai Niobei (în funcție de cel care i-a numărat) au avut cu toții același sfârșit, prevăzut în scenariul ei (al Niobei), „Mândrie și prăbușire". Scenariul mamei poate să ceară ca ea să crească zece polițiști (Lăudați să fie!) sau zece tâlhari (Puneți mâna pe ei, băieți!) sau cinci polițiști și cinci tâlhari (Să vă văd cum vă bateți!), iar o femeie iscusită va duce la îndeplinire fără greutate oricare dintre aceste proiecte, dacă are zece băieți de crescut.

F. Obiecții privind dezvoltarea psihică

Obiecțiile privind dezvoltarea psihică la adresa teoriei scenariului de viață se centrează pe crizele psihosexuale infantile și pe crizele de identitate din perioada adolescenței.

1. În privința primelor, scenariul de viață nu neagă luptele pulsionale și nici nu prevalează asupra ideii de traume timpurii; dimpotrivă, merge alături de ele. El oferă o matrice socială curentă pentru traducerea în act a fantasmelor sexuale, oricare ar fi originea acestora. El afirmă că luptelor pulsionale și fantasmelor sexuale li se poate da frâu liber sau pot ajunge reprimate, distorsionate ori sublimate, dar că, pe termen lung, ele se află în slujba unui principiu superior, care regizează momentul, forța și modul exprimării lor, în concordanță cu cerințele scenariului sau cu ceea ce Freud ar numi compulsia destinului. La acest nivel, directiva scenariului spune: „Fă ce vrei, cu condiția ca între timp să aduni suficiente cupoane pentru a justifica deznodământul." Așadar, teoria scenariului de viață nu este behaviorism. Ea nu postulează că toate acțiunile oamenilor (nici măcar cea mai mare parte a lor) sunt rezultatul „condiționării". Ea presupune doar ca individul să urmeze ordinele în anumite momente critice; în rest, e liber să meargă oriunde și să facă orice-i dictează bunul plac.

2. E adevărat că unii adolescenți se scutură complet de scenariul lor și devin autonomi. Alții însă nu fac decât să se revolte (urmând directiva parentală de a se revolta), îndeplinindu-și astfel scenariul într-un fel de tragedie gen *Întâlnire în Samarra*: cu cât își închipuie că fug mai repede de programarea părinților, cu atât mai îndeaproape o urmează. Alții se eliberează temporar de scenariu, după care se afundă într-o disperare suburbană. „Difuzia de identitate" din această perioadă nu e decât un scenariu prost. În concepția lui Erikson, ea e o luptă cu mama, în care aceasta este învinsă. Dar analiștii de scenarii adoptă poziția opusă: este o luptă cu mama, în care aceasta învinge. Fiul devine un vagabond nu în ciuda dorinței mamei, ci din cauza ei, pentru că nu poate obține permisiunea de a reuși împotriva ordinelor date de mamă. Și atunci terapia nu urmărește să-l aducă înapoi la ea, ca să poată fi băiat cuminte, ci să-l divorțeze de ea, ca să aibă permisiunea de a face lucrurile cum trebuie.

G. Obiecții clinice

Cea mai frecventă obiecție clinică la adresa teoriei scenariului este aceea că pacientul nu poate fi vindecat, în sens psihanalitic, lucrând doar cu material conștient. Așa este. Dar:

1. Inconștientul a ajuns la modă și, în consecință, e mult supraestimat. Vreau să spun prin aceasta că un mare procent din materialul numit astăzi inconștient nu e inconștient, ci preconștient. Pacientul i se va supune însă terapeutului care caută material „inconștient" și-i va oferi material preconștient cu etichetă contrafăcută. Acest lucru se poate verifica foarte simplu întrebând pacientul: „Asta era cu adevărat inconștient sau doar vag conștient?" Materialul inconștient autentic (spre exemplu, angoasa originară de castrare și furia oedipiană originară) e cu adevărat inconștient, nu vag conștient. Prin urmare, analistul de scenariu care se ocupă de material conștient are de a face cu o zonă mult mai vastă a psihismului decât ar presupune mulți oameni. În orice caz, analistul de scenarii nu are nici o interdicție de a se ocupa de material inconștient (adică de unele derivate de importanță majoră ale angoasei de castrare și ale furiei oedipiene originare) dacă dispune instrumentele necesare pentru aceasta. Și va face acest lucru, pentru că, firește, tocmai aceste experiențe alcătuiesc protocolul de bază al scenariului.

2. Se presupune adesea că există un fel de legislație care le conferă psihanaliștilor dreptul irevocabil de a defini vindecarea. Lucrurile nu stau așa. Chiar dacă ar exista o asemenea legislație, psihanaliștii s-ar afla într-o poziție dificilă, fiindcă definițiile lor (care sunt aproape sinonime cu încheierea terapiei) nu sunt clar formulate și unanim acceptate în rândul lor. Criteriile lor pot fi reduse de obicei la o afirmație pragmatică, ce se aplică la fel de bine acelor terapii care nu sunt psihanaliză: de exemplu, „Pacientul este vindecat când a scăpat de simptome și poate să muncească și să iubească eficient". Analiza scenariului de viață poate să realizeze acest lucru cel puțin tot atât de frecvent ca psihanaliza.[155]

În concluzie, ar trebui menționat că există două tipuri de oameni cu obiecții la adresa teoriei scenariului de viață. Primul îl reprezintă teoreticienii și clinicienii, cu care se poate discuta politicos pe terenul lor de dispută, oricare ar fi acela, și care le vor arăta analiștilor de scenariu aceeași considerație pe care analiștii le-o arată lor, considerația constând în principal în a-și citi reciproc literatura de specialitate cu o atenție și o obiectivitate rezonabile. Al doilea tip sunt cei care ocupă posturi administrative și care pot bloca, și uneori chiar blochează dezvoltarea intelectuală și profesională a clinicienilor mai tineri, îndeosebi a rezidenților de psihiatrie, interzicându-le de-a dreptul, pe față, să folosească analiza scena-

155 Cf. Hamburg, D.A. *et al.*, *loc. cit.*, 1976. Aproximativ jumătate dintre pacienții participanți la acel studiu „și-au încheiat tratamentul" și terapeuții lor considerau că „funcționarea lor totală" s-a îmbunătățit. Cifrele declarate de analiștii tranzacționali la ședințe (ca și rapoartele de caz individuale) sunt mult mai bune. (Trebuie spus că până în prezent nu există cifre *publicate* privind analiza tranzacțională, deși există unele pentru populații speciale, cum ar fi în cazul utilizării analizei tranzacționale în închisori.)

riului în activitatea lor. Unii dintre ei sunt pur și simplu oameni cu insuficientă educație, iritabili sau cu prejudecăți iraționale, și lor nu avem ce să le spunem. Dar există de asemenea și unii administratori și supervizori cu mai multă educație, mai binevoitori și cu orizont mai larg, care au făcut acest lucru. Aceștia sunt psihanaliștii cei mai bine instruiți. Spre binele lor, putem sublinia faptul că Freud însuși a fost o persoană condusă de scenariu, fapt pe care el l-a recunoscut fățiș. Și-a ales eroii dintre personalitățile militare și-l admira cu pasiune pe Bonaparte. Metaforele sale făceau deseori trimitere la câmpul de luptă, la fel și o parte a vocabularului său. Sloganul lui apare în epigraful la cartea despre vise și, în ediția mea, spune: *„Flectere si nequeo Superos, Acheronta movebo"*, ceea ce se poate traduce aproximativ prin: „Dacă nu pot să înduplec raiul, am să deschid porțile iadului" — ceea ce a și făcut. Ideea sa „misterioasă" și „obsesivă" că va muri exact la vârsta de cincizeci și unu de ani este o profeție de scenariu tipică. Motto-ul tatălui lui Freud era „Se va întâmpla ceva", precept în care Freud credea cu convingere, după cum arată scrisorile lui. Eroul său, Napoleon, ale cărui cuvinte le cita referindu-se la „curtea" sa proprie (Abraham, Ferenczi, Rank și Sachs, *„Un parterre des rois"*), a murit la vârsta de cincizeci și unu de ani.[156]

[156] Robert, M. *The Psychoanalytic Revolution.* Harcourt, Brace & World, New York, 1964, p. 94. Pentru o scenă și mai conformă cu scenariul, vezi p. 215, n.s. Jones, E. *The Life and Work of Sigmund Freud. Loc. cit.*, volumul 1, p. 342, reproduce citatul din Napoleon.

Capitolul 22

PROBLEME METODOLOGICE

A. Harta și terenul

Dacă spunem că scenariul de viață urmează un basm sau că își găsește perechea într-un basm, există pericolul de tip „patul lui Procust". Terapeutul alege prea devreme un basm, după care lungește pacientul sau îl scurtează ca să se potrivească în el. Patul lui Procust e foarte des întâlnit în toate științele comportamentale. Savantul are o teorie și lungește, scurtează sau îngreunează datele ca să se potrivească, uneori trecând cu vederea variabile ascunse, alteori ignorând elementele care nu se potrivesc sau chiar, câteodată, manipulând datele, sub pretexte șubrede, așa încât să se potrivească mai bine.

Procust e cel mai activ la ședințele de lucru ale terapeuților, unde nu există nici un fel de grup de control, astfel că situația permite din plin speculații, idei inspirate, ortodoxie și declarații autoritare *ex cathedra*. Pentru a reduce sofisticăria și excesul de subtilități ale unor astfel de ședințe, fiecare ar trebui să cuprindă două cazuri cu antecedente similare, preferabil unul fără simptome vizibile, alături de cel al pacientului. E uimitor cât de bine poate să semene „istoria personală" a multor persoane productive, care funcționează bine, cu „istoria personală" a unui pacient de psihiatrie. Altfel spus, pentru fiecare schizofrenic cu un anumit gen de trecut pare să existe un neschizofrenic cu același gen de trecut. Trebuie

remarcat că majoritatea ședințelor de lucru ale terapeuților se bazează pe o premisă nedeclarată, dar omniprezentă: „Pacientul e bolnav, iar noi avem misiunea de a dovedi acest lucru și apoi de a afla de ce e bolnav." Ședințele pot deveni mult mai interesante dacă inversăm premisa astfel: „Pacientul nu e bolnav, iar noi avem misiunea de a dovedi acest lucru și apoi de a afla de ce nu e bolnav."

În cazul patului lui Procust, informațiile sunt întinse sau scurtate pentru a se potrivi cu ipoteza sau cu diagnosticul. În cazul Unicornului[157], se întinde sau se scurtează ipoteza ori diagnosticul, pentru a se potrivi cu datele recalcitrante. Astfel, în experimentele de percepție extrasenzorială, dacă procentul de rezultate corecte al subiectului este nesatisfăcător, răspunsurile lui din încercarea curentă pot fi comparate cu felul cum au ieșit cărțile în încercarea anterioară ori cu două, cinci sau zece încercări mai înainte sau cu încercarea ulterioară sau se găsește un context care se potrivește cu răspunsurile lui din încercarea curentă. Apoi se poate avansa — corect sau incorect, dar cu siguranță insuficient întemeiat — pretenția de telepatie întârziată sau clarviziune prematură. Același plan îl urmează ghicitorul care prezice că în anul 1969 va avea loc unul dintre cele mai mari cutremure din istorie. Când anul trece fără să se fi produs cutremurul anticipat, el spune că se poate să fi inversat două cifre, așa că de fapt cutremurul va avea loc în 1996, sau poate a fost un reziduu de amintire dintr-o viață anterioară, despre marele cutremur din 1699. Care mare cutremur din 1699? Cel din Rabaul, firește. Ei bine, în Rabaul se produc cutremure aproape zilnic, și în fiecare an trebuie să fie unul mai puternic decât celelalte. Sau să fi retrăit, oare, marele cutremur din Italia, din 1693? Așadar, s-a întors în timp 300 de ani și a greșit doar cu șase, și cine ar putea să protesteze pe motivul unei greșeli de doar două procente?

157 Cole, L.C. „Biological Clock of the Unicorn". *Science*, 125: 874, 3 mai 1957.

Pentru a aborda subiectul cu mai multă sau mai puțină obiectivitate științifică și curiozitate autentică, analiștii de scenariu trebuie să evite atât patul lui Procust, cât și Unicornul, și asta e greu. De fapt, nu există îndoială că s-au strecurat ambele în această carte, deși am făcut tot ce mi-a stat în putință ca să împiedic acest lucru. Cu o concepție atât de complexă, aflată încă în faza timpurie a dezvoltării sale, e greu să fie evitate complet. În teoria psihanalitică tot mai apar frecvent, la aproape un secol după ce Bertha Pappenheim (Anna O.) a descoperit metoda cathartică.[158] Procust e și acum sfântul protector al sociologiei, după cum Unicornul este sfântul protector al psihologiei.

Și atunci, cum e cel mai bine de procedat? Soluția a descris-o doctorul Rodney Pain[159], un stomatolog cu interes clinic față de analiza tranzacțională, care este și aviator. El a comparat problema validării teoriei scenariului cu problema hartă-teren. Un pilot se uită pe hartă și vede un stâlp de telefon și un siloz. Se uită afară, la teren și vede un stâlp de telefon și un siloz. Spune: „Acum știu unde ne aflăm", dar de fapt s-a rătăcit. Prietenul lui zice: „Stai o clipă! Pe teren sunt un stâlp de telefon, un siloz și o sondă de țiței. Găsește-le pe astea pe hartă." „Păi stâlpul și silozul sunt aici, dar sonda, nu, răspunde pilotul. Poate au omis s-o treacă." Prietenul lui spune: „Dă-mi puțin harta." Cercetează întreaga hartă, inclusiv porțiunile pe care pilotul le-a omis, crezând că știe unde se află, și găsește, la treizeci de kilometri distanță față de cursul pe care ar fi trebuit să se afle ei, un stâlp, un siloz și o sondă. „Nu suntem aici, unde ai făcut tu semn, spune el, ci uite, tocmai aici." „Ah! Îmi pare rău", zice pilotul. Morala: uită-te mai întâi la teren și apoi la hartă, nu invers.

Cu alte cuvinte, terapeutul îl ascultă pe pacient și află narațiunea scenariului său, și pe urmă caută în Andrew Lang sau Stith Thompson, nu invers. Astfel va obține o potrivire bine întemeiată, nu doar o idee sclipitoare. *Pe urmă* poate să

158 Jones, E. *The Life and Work of Sigmund Freud. Loc. cit.* Vol. 1, p. 223.
159 Pain, R. „A Parable". *Transactional Analysis Bulletin*, 7: 69, Iulie 1968.

folosească basmul ca să prezică încotro se îndreaptă pacientul, obținând la fiecare pas confirmarea din partea acestuia (nu din carte).

B. Grila conceptuală

Analiza tranzacțională e o țesătură atât de bogată de concepte împletite între ele, toate concordante unele cu altele, încât e posibil să hoinărești în orice direcție și să descoperi ceva interesant și util. Dar asta se deosebește foarte mult de abordarea logică a unei teorii.

Să luăm un extras scurt dintr-un caz prezentat la Seminarul de Analiză Tranzacțională din San Francisco drept element central pentru o discuție pe marginea teoriei scenariului.

O femeie care a venit la terapie pentru frigiditate i-a propus terapeutului să aibă contact sexual cu ea. Mama ei o învățase să se îmbrace și să se poarte sexi, iar tatăl încurajase aceste lucruri.

Scopul discuției consta în a încerca să se demonstreze că matricea scenariului, așa cum este ea construită în prezent, e corectă. Conform figurii 7, care arată structura de rangul doi a Copilului, Părintele din Copil (PC) funcționează ca un electrod implantat, în timp ce Adultul din Copil este Profesorul intuitiv, expert în a-i judeca pe alții. Doctorul Z, care a prezentat pacienta, a afirmat că în cazul ei, PC funcționa ca un Copil adaptat, iar AC funcționa ca un electrod. El a adus în sprijinul acestei afirmații informații de dezvoltare din copilăria pacientei. Alți participanți la seminar au intervenit cu argumente logice, pro și contra, bazate pe experiența lor clinică. S-au referit la jocuri, scenarii și Copilul spontan al pacientei. Va rezista matricea standard a scenariului în fața acestui atac deliberat? Săgețile desenate de doctorul Z între pacientă, tatăl ei și mama ei aveau un traseu diferit față de cele prezentate în figura 7. Se părea că există motive întemeiate pentru a demola matricea. Dar la o cercetare mai atentă, s-a dovedit că argumentele aveau defecte grave.

În primul rând, când doctorul Z a încercat, cu ajutorul publicului, să definească la ce se referă prin PC, AC, Copil adaptat și electrod, el și publicul vorbeau la un moment dat din punctul de vedere al dezvoltării, apoi din punct de vedere comportamental, folosind uneori logica, iar alteori empirismul. Unii interlocutori introduceau în discuție tranzacții, iar alții, jocuri și scenarii. S-a dovedit că se foloseau patru sisteme de referință diferite, fiecare cu propriul limbaj și propria abordare, iar definițiile hoinăreau nesistematic de la unul la altul. Primul sistem de referință era cel structural și tranzacțional, cu patru termeni-cheie privind Eul: stări, tranzacții, jocuri și scenarii. Al doilea era validant, iarăși cu patru termeni-cheie. Se putea discuta despre comportamentul pacientei, care oferea criterii operaționale; despre procesele ei psihice, ce cuprindeau vocile din minte care-i dădeau directive; despre istoria dezvoltării pacientei, care arăta originea modelelor ei comportamentale, și despre genul de reacții sociale pe care le determina purtarea ei. Al treilea limbaj viza denumirea stărilor Eului pacientei. Ele puteau fi denumite conform principiilor psihobiologice: Părintele din Copil, Adultul din Copil etc., sau descrise funcțional prin adjective: Copil adaptat, Copil spontan etc. Argumentele propriu-zise puteau fi numite logice, pe de o parte, sau empirice, pe de altă parte.

Dacă introducem într-un tabel toate aceste sisteme de referință, rezultă o grilă terminologică, după cum se vede la pagina următoare, împărțită în termeni tranzacționali, termeni validanți, termeni modificatori și termeni metodologici.

Dacă trasăm linii în interiorul grilei, astfel încât să includem câte un termen din fiecare coloană, se observă că vor exista 4x4x2x2=64 căi de discuție posibile. (Nu numărăm cuvintele din paranteze). Cu excepția situației în care toată lumea urmează aceeași cale, diferitele discuții nu pot fi corelate fără un efort imens și foarte multă muncă de definire:

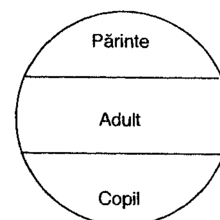
GRILĂ TERMINOLOGICĂ

TERMENI TRANZACȚIONALI	TERMENI VALIDANȚI	TERMENI MODIFICATORI	METODOLOGIE
Stările Eului	Operațional	Structural (Biologic)	Logică
Tranzacții	Fenomenologic	Funcțional (Descriptiv)	Empirică
Jocuri	Istoric		
Scenarii	Social		

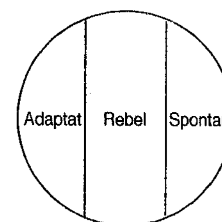
o sarcină practic imposibilă într-o perioadă de timp limitată (cum ar fi o seară lungă), dacă douăzeci de interlocutori urmează fiecare altă cale. Dacă unul merge pe drumul Stările Eului — Istoric — Descriptiv — Empiric, iar altul, Jocuri — Social — Biologic — Logic, se poate ca discursul fiecăruia să corect, dar cum urmează linii de raționament atât de diferite, nu pot ajunge la o înțelegere comună a faptelor discutate.

În cel mai simplu exemplu, dacă un argument abordează starea de Copil a Eului din perspectivă structurală sau biologică, iar altul o abordează din perspectiva funcțională sau descriptivă, cele două sunt imposibil de conciliat. Figura 20 demonstrează acest lucru. În figura 20A, împărțirea structurală a Copilului în principalele sale aspecte este reprezentată prin linii orizontale care separă componentele de rangul doi — Părinte, Adult și Copil. În figura 20B, se folosesc linii verticale pentru a indica aspectele sale funcționale — în acest caz, Copilul adaptat, rebel și spontan. Oricare dintre scheme ar fi folosită, liniile trebuie să meargă în direcții diferite pentru a arăta că abordările sunt diferite. Una folosește substantive structurale, iar cealaltă, adjective funcționale ca modificatori, iar substantivele și adjectivele nu aparțin aceluiași sistem de referință și nici nu provin din același punct de vedere.

Singura cale de a obține un argument bine formulat, decisiv constă în a alege un anumit traseu în grilă și de a nu te abate de la el. Doctorului Z i s-a oferit această opțiune, iar el a ales Stările Eului — Social — Descriptiv — Empiric: o cale nu



Structura psihobiologică
Figura 20A



Funcții descriptive
Figura 20B

Starea de Copil a Eului din două puncte de vedere
Figura 20

foarte promițătoare pentru sarcina de rezolvat, dar era prezentarea lui și, în consecință, avea privilegiul de a alege. Cu această restricție, s-a vădit că argumentele sale nu erau nici pe departe la fel de convingătoare cum păreau la început, când era liber să sară de la o cale la alta. Același lucru s-a întâmplat și cu susținătorii lui, când au încercat să-l urmeze pe traseul ales de el. Cu alte cuvinte, ceea ce părea plauzibil și bine organizat când erau permise tot felul de salturi și devieri începea să se clatine când se impunea o raționare mai strictă. Pe acest temei, matricea inițială a scenariului și-a păstrat supremația, cel puțin până când putea fi îndreptat asupra ei un atac mai bine pregătit.

Așadar, în orice argument privind analiza tranzacțională, inclusiv analiza scenariului, trebuie declarată alegerea privind termenii din grila de mai sus pentru ca argumentul să poată fi considerat valid. Dacă se abate de la calea aleasă, devine nevalid din motive de laxitate, sofism sau lipsă de claritate. De aceea, cel care-și propune să se angajeze într-un asemenea argument trebuie să aleagă un termen din fiecare coloană, drept cadru de referință al definițiilor sale, și să-l respecte cu rigurozitate. Altfel, argumentul rămâne discutabil din perspectivă metodologică și nu va rezista criticilor obiective, oricât de convingător ar părea din punct de vedere retoric.

C. Date slabe și date tari

Datele din analiza scenariului sunt în cea mai mare parte „slabe". Cum scenariul reprezintă un angajament existențial, el nu poate fi investigat experimental, în situații artificiale. Răsplata trebuie să aibă o semnificație copleșitoare pentru protagonist. Nu există, de exemplu, partidă de pocher experimentală demnă de încredere. Jucătorul joacă într-un fel când miza e neînsemnată și altfel când miza e semnificativă. Un jucător bun în partidele cu miză mare poate să piardă într-o partidă cu mize simbolice și invers, un jucător bun în partidele cu miză simbolică poate intra în panică într-un joc cu mize mari. Scenariile pot fi testate doar în situații cu miză mare, iar acestea nu sunt disponibile în condiții civile obișnuite. Există o singură cale de a afla răspunsul la întrebarea: „Te-ai arunca într-un câmp minat ca să salvezi viața camarazilor tăi?" Ea poate fi testată doar existențial, pe un câmp de luptă, și orice simulare e trivială.

Datele din analiza scenariului pot fi împărțite aproximativ, în ordinea crescătoare a tăriei, după cum urmează: istorice, culturale, clinice, logice, intuitive, de dezvoltare, statistice, introspective, experimentale și confirmarea în orb. Acest grupaj ar putea să le pară ciudat oamenilor de știință obișnuiți să studieze elementele banale din comportamentul uman, cum sunt acelea testate cel mai frecvent în cadrul științelor psihologice și sociale. Psihoterapeuților li se va părea mai puțin ciudat, iar psihanaliștilor, cel mai puțin ciudat, pentru că și unii, și ceilalți au de-a face cu jocuri și răsplăți tari, cum ar fi divorțul, sinuciderea și crima. Într-o societate decentă nu pot exista lucruri ca sinuciderea sau crima experimentală.

1. Datele istorice. Încă de la începuturile omenirii, omul a bănuit că destinul lui nu e stabilit autonom, ci controlat de o forță exterioară. Însăși universalitatea acestei credințe cere ca ea să fie examinată critic, nu dată la o parte în grabă cu eticheta „metafizic".

2. Date culturale. Aceeași credință constituie temelia celor mai multe dintre culturile umane, lucru care cere de asemenea să fie luată în serios, la fel cum motivele economice sunt luate în serios din același motiv.

3. Date clinice. Acestea nu sunt riguroase, pentru că pot fi supuse la diferite interpretări. Dar investigatorul care vrea să minimalizeze sau să nege influența scenariului de viață asupra fenomenelor clinice trebuie să aibă o formare adecvată în analiza scenariului și să o testeze adecvat în practică, înainte de fi competent să judece. Exact aceeași afirmație poate fi făcută și a fost făcută cu privire la psihanaliză. La fel, omul care se uită printr-un microscop sau un telescop și spune „Nu văd nimic" nu e câtuși de puțin un bacteriolog sau un astronom competent, decât dacă a învățat temeinic să folosească instrumentul cu pricina.

4. Date logice. Am remarcat anterior că oamenilor li se poate spune ce să facă și ce să nu facă. Pot fi încurajați eficient, cu ajutorul cuvintelor, să bea sau să se sinucidă și tot cu ajutorul cuvintelor pot fi împiedicați eficient să facă aceste lucruri, cu condiția de a se folosi cuvintele potrivite. Așadar, rezultă că e foarte posibil să educi un copil să facă unul dintre aceste lucruri când crește. Afirmația se verifică prin următoarea întrebare: „Cum ai crește un copil în așa fel încât să ajungă ca tine?" Oamenii cu scenariu „bun" sunt întru totul dispuși să răspundă la această întrebare și, deseori, dau răspunsuri credibile. Oamenii cu scenarii „proaste" ezită să încerce să răspundă, dar, dacă totuși o fac, răspunsurile lor sunt la fel de credibile.

5. Date intuitive. Un analist de scenarii cu experiență va face judecăți intuitive care vor putea fi testate ulterior. De exemplu: „Din moment ce încerci adesea să faci două lucruri în același timp și nu-l faci bine pe nici unul dintre ele, deduc de aici că părinții tăi aveau fiecare alt obiectiv în privința ta și n-au reușit să se pună de acord cum le-ai putea atinge pe amândouă. Adică părinții tăi nu și-au lămurit divergențele." „Exact așa a fost!" Dacă răspunsul este negativ, acest lucru

înseamnă, din experiența mea, că diagnosticianul nu e competent sau că în acel caz anume, unele considerente personale i-au influențat negativ intuiția.[160]

6. Date de dezvoltare. Una dintre cele mai convingătoare dovezi constă în a-i auzi pe copii cum își afirmă scenariul, mai ales dacă pot fi urmăriți pe o perioadă suficient de îndelungată pentru a vedea dacă și-l îndeplinesc sau nu. Nu ne referim la alegerea carierei („Vreau să fiu pompier"), ci la tranzacțiile legate de răsplata finală („Aș vrea să fiu mort.")

7. Date statistice. Cea mai relevantă prelucrare statistică este studiul efectelor basmelor asupra carierei alese ulterior și asupra cauzei morții, citat anterior din lucrarea lui Rudin.[161]

8. Datele introspective. Acesta este cel mai convingător dintre toate criteriile. Imediat ce persoana se obișnuiește să audă vocile din mintea sa, pe care le-a înăbușit sau reprimat din copilăria mică, și confirmă că aceste voci rostesc cuvintele reale pronunțate de părinții săi în timpul acelei perioade, își dă seama în ce măsură sunt programate comportamentele sale cele mai semnificative.

9. Date experimentale. Din motivele prezentate mai sus, validarea experimentală a teoriei scenariului de viață nu este posibilă pe ființe umane, deși anumite elemente pot fi examinate în acest fel. Însă experimentele pe animale pot fi extrapolate în cadrul de referință al teoriei scenariului de viață, cum s-a procedat cu experimentele pe șoareci citate în capitolul 3.

10. Confirmarea în orb. În câteva cazuri, în care supervizorul a dedus scenariul unui student, dar nu a discutat cu el subiectul, iar apoi studentul a intrat în terapie, atât supervizorul, cât și terapeutul au dedus același scenariu și, când i-a fost comunicat studentului, acesta a fost de acord cu ei. În aceste cazuri, cei doi analiști de scenariu cunoșteau subiectul de o perioadă îndelungată și aveau la dispoziție o gamă largă de comportamente de studiat. Acestea pot fi considerate date tari. Aplicată sistematic, procedura ar presupune ca mai

[160] Berne, E. „Intuition VI". *Loc. cit.*
[161] Rudin, S.A. *op. cit.*

mulți analiști de scenariu să asculte un interviu înregistrat pe casetă audio și de aici să deducă scenariul subiectului. Deducțiile lor ar putea fi apoi comparate cu cursul vieții subiectului, cu o revenire de control după cinci ani. Un studiu-pilot ar testa în primă instanță trei tipuri de interviu înregistrat pe bandă — autobiografic, prin asociere liberă și pe baza listei operaționale a scenariului —, pentru a vedea care tip a oferit datele cele mai solide cu privire la scenariu. Această procedură oferă cea mai bună ocazie de a obține date tari.

Indiciile din prezent arată că teoria scenariului de viață este mai slabă decât teoria învățării, mai tare decât teoria socială și cea economică și se apropie de tăria diagnosticului psihiatric, în ceea ce privește anticiparea comportamentului uman.

Capitolul 23
INVENTARUL OPERAȚIONAL AL SCENARIULUI

A. Definiția unui scenariu

Pentru a ne da seama dacă un anumit set de tranzacții reprezintă sau nu un joc, căutăm anumite trăsături specifice. Dacă există o păcăleală, o chichiță, o comutare și o recompensă, am *identificat* un joc. Dacă, în plus, putem efectua o analiză structurală care să arate ce stări ale Eului sunt active în timpul fiecărei tranzacții, și o analiză clinică, prin care se clarifică avantajele obținute în urma jocului și de unde au pornit ele, putem spune nu doar că am identificat jocul, ci și că îl *înțelegem*. Elementele necesare pentru o astfel de înțelegere pot fi notate sub forma unei „liste operaționale", iar analiza formală a unui joc se bazează pe o astfel de listă. Inventarul operațional descrie anatomia unui joc, care reprezintă un mic segment al vieții.

Anatomia unui scenariu, care privește nu doar un segment mic, ci întreg cursul unei existențe umane, de la naștere sau mai devreme până la moarte și mai târziu, este, firește, mai complicată. Jocul poate fi comparat cu răsucirea încheieturii mâinii, care conține opt oase și implică altele patru; scenariul poate fi comparat cu o expediție de alpinism, care implică întregul schelet uman, cu toate cele 206 oase ale sale. Astfel, „inventarul operațional" al unui scenariu conține mult mai multe elemente decât cea a unui joc, dar ea reprezintă calea cea mai ușoară de a înțelege cum se alcătuiește un scenariu.

Prima problemă constă în a defini scenariul, astfel încât el să poată fi identificat când apare. Orice definiție va fi supusă modificărilor cerute de noile cunoștințe ce se dobândesc treptat în domeniu. Teoria jocurilor este acum ca o bicicletă bine construită, ce poate fi folosită cu încredere și fără ezitare pe distanțe scurte, dar teoria scenariului de viață e ca un automobil cu motor cu un cilindru, fabricat în 1900, care poate să funcționeze sau să nu funcționeze când e cea mai mare nevoie de el, așa că scepticii tot mai pot să strige: „Ia-ți un cal!" (sau cel puțin o canapea) și, poate, să ceară ca un terapeut mai convențional să meargă cu un steag roșu în fața analistului de scenarii și să-i avertizeze pe oamenii timizi să se dea la o parte.

Definiția ce urmează, bazată pe nivelul actual de cunoaștere, va servi deocamdată la a diferenția ceea ce este un scenariu de ceea ce este un „ne-scenariu". Scenariul este un program în desfășurare, elaborat în copilăria mică sub influența părinților, care direcționează comportamentul individului în cele mai importante aspecte ale vieții sale.

Termenii utilizați în această definiție pot fi la rândul lor definiți, folosind dicționare standard și cu unele explicații suplimentare, după cum urmează:

Program: plan sau proiect de urmat. Aceasta înseamnă că există un plan, care reprezintă schema unei acțiuni sau a unui proiect; există modul în care se propune să se efectueze un demers și, de asemenea, există niște repere temporale. Embrionul sau scheletul planului poate fi găsit într-un anumit basm.

În desfășurare: în permanentă deplasare înainte. Asta presupune ireversibilitate, o stradă cu sens unic. Fiecare mișcare duce mai aproape de punctul terminus.

Influența părinților: tranzacții propriu-zise cu părinții sau cu înlocuitorii lor. Asta înseamnă că influența s-a exercitat într-un mod specific, observabil, într-un anumit moment din timp.

Direcționează: persoana trebuie să urmeze directive, dar poate să aleagă liber în privința chestiunilor la care nu se aplică directivele. În unele cazuri există o directivă specială, care spune: „Întoarce cartea invers", adică „În privința asta fă invers decât spun eu". Astfel, „revolta", când apare, face parte de fapt din scenariu și nu e totuna cu „aruncatul cărții", care este autonomia.

Aspecte importante: cel puțin căsătoria, creșterea copiilor, divorțul și modul de a muri, dacă se alege acest lucru.

Putem testa definiția văzând cât de bine definește „ne-scenariul". Astfel, „ne-scenariul" ar însemna comportamente reversibile, fără respectarea anumitor repere temporale, elaborate mai târziu în viață și nu sub influența părinților. Aceasta este o bună descriere a autonomiei, care reprezintă, de fapt, opusul scenariului. Spre exemplu, persoana autonomă poate să-și anuleze vinovățiile, fricile, furiile, durerile și neadecvările și s-o ia de la capăt fără a se grăbi să ducă lucrurile în punctul critic, în loc să urmeze directiva părinților de a aduna cupoane și de a le folosi cu o viteză rezonabilă, ca să-și justifice comportamentul privind căsătoria, creșterea copiilor, divorțul și moartea.

Așadar, definiția este exclusivă, adică definind scenariul, definește totodată și „ne-scenariul" și, ca atare, merită păstrată. Așadar, dacă observăm că purtarea unui individ în cele mai importante aspecte ale vieții sale este direcționată de un program în desfășurare, elaborat în copilăria mică sub influența părinților, putem spune că am *identificat* un scenariu. Aceasta se poate reduce la o formulă, ca în cazul jocurilor; formula scenariului este:

$$IPT \rightarrow Pr \rightarrow S \rightarrow CI \rightarrow \textit{Recompensă} \text{ (Formula S)},$$

unde IPT = Influență parentală timpurie, Pr = Program, S = Supunere, iar CI = Comportament important. Orice comportament care se potrivește cu această formulă face parte din scenariu și orice comportament care nu se potrivește cu ea nu face parte din scenariu. Orice scenariu se va potrivi cu această formulă și nici un alt comportament nu se va potrivi cu ea.

Spre exemplu, un reflex simplu este programat de sistemul nervos și nu de influența parentală timpurie (nu există IPT); individul se va supune unei lovituri aplicate peste tendonul de sub genunchi, dar ăsta nu e un comportament important (nu există CI). Dacă individul învață să bea în contextele mondene la un moment dat pe parcursul vieții sale, asta poate fi supunere socială, dar dacă programul lui nu prevede că va deveni alcoolic (nu există Pr), băutul nu va fi un comportament important (nu există CI) și nu va exercita o influență însemnată asupra recompensei sale — căsătoria, creșterea copiilor sau modul în care va muri. Dacă un băiat e programat puternic de părinții săi să devină un trântor profitor când crește, dar nu se supune (nu există C), comportamentul său important nu este „în ton cu scenariul". Dacă un copil e mutat dintr-un cămin adoptiv în altul, IPT în cazul său va fi neregulată, iar programul lui va fi prost organizat (nu există Pr); se va supune cât de bine va putea, dar nu se va căsători niciodată, nu va avea copii, nu-și va risca viața pentru nimic și nu va lua alte decizii importante (nu există CI). Aceste exemple ilustrează cum se aplică propriu-zis în practică fiecare element al formulei. Reflexul osteotendinos nu se bazează pe IPT, băutul în ocazii mondene nu face parte din Pr, ne-trântorul are IPT și Pr, dar nu și S, iar orfanul evită CI.

Așadar, formula S servește la identificarea unui scenariu de viață, tot așa cum formula J (capitolul 2) servește la identificarea unui joc. Trebuie observat că formula se aplică doar la oamenii „conformi cu scenariul"; comportamentul unei persoane autonome nu poate fi redus la o formulă, fiindcă o asemenea persoană ia decizii proprii, din motive proprii, de la un moment la altul. În același fel, șoarecii de laborator consangvini pot fi programați prin reflexe condiționate, iar comportamentul lor poate fi direcționat de experimentator. Prin urmare, ei acționează ca niște mașini conduse de un operator

specializat, la fel cum oamenii „conformi cu scenariul" acționează ca niște mașini conduse de părinții lor. Dar șoarecii sălbatici nu reacționează în același fel; ei acționează ca niște persoane „reale" și iau hotărâri singuri. Când sunt aduși în laborator, refuză să accepte programul experimentatorului[162]; nu se revoltă, ci pur și simplu acționează independent și autonom.

B. Cum poate fi confirmat un scenariu

Dacă scenariul este diagnosticat corect, ar trebui să se găsească elemente care să poată fi abordate cantitativ. Spre exemplu, ce procent din toată populația feminină poartă o jachetă roșie? Câte Rapunzel au într-adevăr părul lung și blond? Aceste chestiuni țin în principal de studii privind natura incidenței și prevalenței, iar valoarea lor reală constă în evidențierea elementelor esențiale ale scenariilor, pentru ca diagnosticarea lor să se facă mai riguros. În cazul SR, criteriile de diagnostic așa cum sunt înțelese ele la ora actuală sunt următoarele:

1. Trebuie ca mama ei s-o fi trimis cu treburi la bunica în copilărie.
2. Trebuie ca bunicul ei să se fi jucat cu ea într-o manieră sexuală în timpul acelor vizite.
3. Trebuie ca mai târziu, în viață, ea să fie persoana cel mai probabil aleasă pentru a fi trimisă cu diferite comisioane.
3. Trebuie să manifeste dispreț față de bărbații de vârsta ei și curiozitate în privința celor mai vârstnici.
3. Trebuie să aibă un fel de curaj naiv, convinsă că, dacă dă de necaz, va exista întotdeauna cineva care s-o salveze.

Dacă și numai dacă sunt prezente toate aceste cinci criterii, diagnosticul de scenariu SR se justifică. În acest caz, se

162 Kavanau, J.L. „Behavior of Captive White-Footed Mice". *Science*, 155: 1623-1639, 31 martie 1967.

poate face predicția că pacienta va proceda în așa fel încât să apară în calea bărbaților mai vârstnici, se va plânge că aceștia („moșnegi libidinoși") îi fac avansuri, va căuta pe cineva care s-o salveze de ei și va râde când salvatorul va rămâne cu buza umflată. Dar apar în minte multe întrebări. Toate femeile care îndeplinesc aceste criterii petrec cu adevărat timp în pădure culegând flori? Și au toate o haină roșie? Câte alte elemente ar putea fi adăugate pe listă? Câte dintre elemente sunt redundante — câte ar putea fi eliminate fără ca astfel să fie afectată acuratețea predicției, și care e numărul cel mai mic de elemente esențiale care permit predicția tuturor celorlalte, ca și predicția deznodământului scenariului? Care e corelația dintre elemente? Tuturor femeilor pe care le-a sedus bunicul în copilărie le place să culeagă flori în pădure? Există femei care petrec timp culegând flori în pădure și care, totodată, e cel mai probabil să fie alese pentru a fi trimise după treburi? Toate femeile care îndeplinesc cele cinci criterii își sfârșesc viața ca fete bătrâne sau ca divorțate, după o căsnicie scurtă? Acest gen de analiză factorială ar contribui mult la testarea validității și utilității analizei scenariului de viață.

Criteriile SR sunt în mare măsură „subiective", dar pe de altă parte există și alte variabile, care sunt obiective. Unul dintre ele este constelația familială. Calea cea mai de încredere de a studia acest lucru din perspectiva scenariului de viață constă în găsirea de familii „conforme cu scenariul". Un indiciu în această privință constă în botezarea copiilor cu prenumele părinților sau al altor membri în viață ai familiei, din moment ce asta arată clar clar că părinții se așteaptă ca odrasla să semene cu tizul ei și, de asemenea, sugerează: „Te cresc (te programez) ca să fii ca tizul tău." Dacă persoana care satisface cerința legată de tiz vine la psihiatru, faptul întărește presupunerea că ea poartă în cârcă un scenariu, din moment ce acest lucru se adeverește cu regularitate la pacienții psihiatrici; de asemenea, faptul oferă ocazia de a cerceta dacă scenariul are legătură cu numele. În caz afirmativ, pacientul este un subiect de studiu potrivit în această privință. În conti-

nuare urmează exemplul unei asemenea familii „conforme cu scenariul".

Familia Baker avea trei fiice: Dona, Mona și Rona. În familia mamei existau două fete: Dona și Mona. Astfel, Dona a fost botezată după mamă, iar sora ei mai mică a fost botezată după sora mai mică a mamei. La nașterea Ronei, nu mai existau nume de scenariu pe partea mamei, așa că pe ea au botezat-o după sora mai mică a tatălui. Cele două Dona, mamă și fiică, au fost arestate în repetate rânduri împreună, pentru aceleași infracțiuni, și au împărțit aceeași celulă de închisoare. Cele două Mona, mătușă și nepoată, s-au căsătorit amândouă cu bărbați care le-au părăsit și au rămas să-și crească copiii singure, fără sprijin din partea taților. Cele două Rona urau amândouă bărbații, îi ademeneau și pe urmă se retrăgeau. Astfel, Donele jucau împreună „Hoții și vardiștii", Monele jucau „Cine are nevoie de el?", iar Ronele jucau „Viola". Când Mona și Rona (fiicele) au venit la terapie, era evident că se îndreptau spre același sfârșit ca și mătușile lor, și nici una dintre ele nu agrea perspectiva, dar se simțeau neputincioase să-și sfărâme singure scenariul.

O altă evoluție „conformă cu scenariul" este aceea cu căsătorii și divorțuri repetate, care pot fi nu numai verificate obiectiv, ci și numărate cu acuratețe. Unul sau două divorțuri pot fi considerate independent de scenariul mamei, dar cu cât crește numărul divorțurilor, clinicianul nu poate să nu fie izbit de fapul că pe cât e mai mare numărul divorțurilor mamei, pe atât e mai mare probabilitatea ca fiicele să-i calce pe urme. O relație similară se constată frecvent în privința arestărilor sau a internărilor în spital pentru alcoolism ale mamei. Sociologii afirmă că astfel de evenimente pot să depindă de factori sociali și economici, dar dacă luăm în calcul arestările și spitalizările separat, ipoteza e mai greu de susținut; adică se poate ca arestările și spitalizările pentru alcoolism, luate laolaltă, să fie afectate de „factori sociali și economici" în mod independent, dar e important faptul că

acolo unde există opțiuni, unele familii aleg una, altele aleg cealaltă.

Nu ne interesează aici dacă pacientul încalcă legea sau bea, din moment ce e posibil ca astfel de acțiuni să nu fie neapărat esențiale în scenariul lui. Noi vrem să știm dacă furtul sau băutul sunt „conforme cu scenariul" în cazul lui și dacă joacă un joc cu ajutorul lor: „Hoții și vardiștii" sau „Alcoolicul". Întrebarea este dacă fură sau bea într-atât încât să fie arestat ori spitalizat sau cu acest scop. Un hoț profesionist sau un amator de alcool poate să joace jocurile pe care le preferă, să fie învingător și să se pensioneze bogat, respectat și fericit; ăsta e un fel de scenariu. Altul poate să fie un învins și să sfârșească într-o instituție; ăsta e cu totul alt fel de scenariu. În analiza scenariului contează nu acțiunea, ci reacția și răsplata finală pe care o aduce, din moment ce ele sunt importante pentru individ și pentru cei din jurul lui.

O altă zonă „conformă cu scenariul" este moartea. Indicatorul de scenariu cel mai frecvent întâlnit aici este faptul că persoana se așteaptă (sau simte că e de așteaptat din partea ei) să moară la aceeași vârstă ca și părintele de același sex. Se pare că moartea tatălui la o anumită vârstă îl condamnă pe fiu (în mintea lui) să moară înainte sau la aceeași vârstă, același lucru fiind valabil pentru mame și fiice. Deși este un aspect subiectiv, el implică totuși cifre și are avantajul suplimentar de a putea fi verificat cu ușurință. Mai obiectivă este vârsta la care se încearcă sau se comite suicidul sau crima și relația dintre aceasta și moartea unor strămoși sau a unor rude apropiate. În ce privește cauza morții, după cum am arătat deja, Rudin a studiat relația dintre poveștile spuse copiilor (povești de „împlinire" sau de „putere") și acele cauze ale morții pe care aici le-am numi „conforme cu scenariul", și a găsit numeroase corelații interesante, în șaptesprezece țări, între tipul de povești citite în copilărie și cauza morții.[163]

Toate relațiile menționate mai sus între părinți și copiii lor pot fi punctate categoric. Persoana botezată cu numele unui

---

163 Rudin, S.A., *op. cit.*

membru al familiei fie urmează scenariul tizului ei, fie nu-l urmează; pacientul fie dă curs, fie nu dă curs scenariului parental în ceea ce privește căsătoria, divorțul, închisoarea sau spitalizarea, și ori se așteaptă, ori nu se așteaptă să moară la aceeași vârstă ca părintele său decedat. Problema scenariului este una decisivă pentru existența omenească; toată semnificația vieții depinde de validitatea teoriei scenariului. Dacă avem liber arbitru e una; dacă ne petrecem cea mai mare parte a timpului și cele mai importante momente urmând instrucțiuni primite în fragedă copilărie, cu iluzia jalnică a alegerii libere, e cu totul altă poveste. Într-o chestiune fundamentală ca aceasta, va fi nevoie de cel puțin zece mii de cazuri pentru a simți convingere într-o direcție sau în cealaltă. Încrederea acordată unui studiu asupra unui număr de oameni mai mic de atât ar fi, în fapt, politețe științifică, nu convingere validă. Ca taxonomist, Kinsey a lucrat cu seturi de până la 100 000 de viespi; cărțile sale pe tema comportamentului sexual se bazează pe 12 000 de cazuri și încă mai lasă loc pentru numeroase controverse.[164] Cum mulți clinicieni văd aproximativ o sută de pacienți pe an, zece mii de cazuri nu reprezintă un obiectiv de neatins, și merită făcut efortul. În ultimii zece ani, eu am văzut peste zece mii de jocuri (cinci sute de săptămâni, aproximativ cincizeci de pacienți văzuți săptămânal), și o serie de asemenea proporții îmi dă sentimentul unei încrederi de nezdruncinat în teoria tranzacțională a jocurilor. Pentru teoria scenariului de viață e nevoie de o serie similară.

Cu privire la întrebările de mai sus, corelațiile vor fi sau concordante, și astfel vor întări teoria scenariului, fie neconcordante, și astfel o vor slăbi. Va fi nevoie să se găsească aceste corelații în diferite părți ale țării și în diferite țări ale lumii și, de asemenea, să se efectueze studii istorice, pentru a stabili dacă teoria scenariului de viață este cu adevărat „o realitate privind natura umană" sau o simplă impresie regională obținută pe o anumită populație (pacienți de psihiatrie) și limitată la ea, sau mai rău, o simplă idee inspirată fără susținere solidă în realitate.

[164] Kinsey, A.C. *et al. Sexual Behavior in the Human Male*. W.B. Saunders Company, Philadelphia.

Este nevoie de ceea ce Platt[165] numește „inferență tare". Într-un timp finit este imposibil să se testeze universalitatea teoriei scenariului de viață intervievând toate ființele omenești, dar dacă ea este eronată, poate fi infirmată simplu cu ajutorul unui eșantion relativ mic (să spunem zece mii de cazuri). Pentru ca analistul de scenarii să-și mențină poziția potrivit căreia programarea scenariului de către părinți este o directivă universală pentru toate ființele umane de pretutindeni și, astfel, „o realitate privind natura umană", ar trebui, pentru cea mai tare inferență posibilă, ca toate corelațiile de mai sus să iasă puternic pozitive în orice serie de proporții.

Ca sprijin pentru clinician, oriunde s-ar afla el, vom prezenta în continuare o „listă operațională a scenariului", alcătuit din întrebări menite să obțină maximum de informație pentru fiecare dintre numeroasele elemente necesare pentru înțelegerea clară a unui scenariu.

C. Introducere la inventarul operațional al scenariului

Pentru a înțelege clar un scenariu, ar trebui să înțelegem fiecare aspect, istoria lui și articularea sa cu toate celelalte aspecte. Acest lucru poate fi realizat cel mai convenabil luând elementele în ordine cronologică. Pentru fiecare element se dă o singură întrebare, care are cea mai mare probabilitate de a scoate la iveală cantitatea maximă de informații relevante. Sunt incluse și alte întrebări, care vor fi de folos dacă se doresc completări cu privire la anumite elemente. Acolo unde se constată deseori că întrebarea principală nu poate fi pusă sau nu se poate răspunde la ea, sunt date întrebări alternative.

[165] Platt, J.R. „A Strong Inference". *Science*, 146: 347-353, 16 octombrie 1964.

În forma sa actuală, analiza scenariului de viață a fost elaborată în principal la Seminarul de Analiză Tranzacțională din San Francisco în perioada 1966-1970, și este aproape imposibil de evidențiat inițiatorul majorității ideilor, din moment ce în această perioadă, la discuțiile săptămânale au luat parte peste o sută de clinicieni. Contribuții specifice au fost publicate în *Transactional Analysis Bulletin* de către Pat Crossman, Mary Edwards, Stephen Karpman, David Kupfer, I.L. Maizlish, Ray Poindexter și Claude Steiner. Imboldul inițial a venit de la autorul cărții de față, într-un capitol al lucrării *Transactional Analysis and Psychotherapy*,[166] dezvoltat ulterior în alte cărți și la Seminar.

Ideea unui inventar operațional a fost propusă inițial de Claude Steiner (Berkeley) și de Martin Groder și Stephen Karpman (ambii din San Francisco). Inventarul a fost conceput pentru a fi folosit ca scurtătură în terapie, oferind o cale rapidă de a găsi elementele active din scenariul pacientului, astfel încât evoluția lui tragică să poată fi stopată cât mai rapid și mai eficient cu putință. Inventarul lor includea șaptesprezece dintre cele mai importante elemente.[167] Inventarul comprehensiv redat în cele ce urmează include acele elemente, împreună cu multe altele, derivate din materialul prezentat în partea a II-a, a III-a și a IV-a a cărții de față. Ea este concepută pentru activitatea de predare, cea de cercetare și pentru alte scopuri specializate și conține aproximativ 220 de itemi. Este însoțită de o versiune condensată, mai ușor de folosit, pentru uzul cotidian.

D. Un inventar operațional al scenariului

Întrebările sunt prezentate în ordine cronologică, atât cât acest lucru este convenabil, observațiile clinice fiind puse la

[166] Berne, E. *Transactional Analysis in Psychotherapy*. *Loc. cit.*
[167] Steiner, C.M. „A Script Checklist". *Loc. cit.*

urmă, astfel că în cea mai mare parte ele urmează ordinea din text. Fiecare etapă de dezvoltare este numerotată succesiv, iar numărul etapei este dat la fiecare dintre întrebările referitoare la ea. Numărul capitolului care se ocupă cu etapa respectivă apare în paranteze. Litera se referă la secțiunea din capitolul corespunzător. Spre exemplu, Etapa 1, Perioada prenatală, este prezentată în capitolul 4. Drept urmare, titlul corespunzător este: 1. Influențe prenatale (capitolul 4). Întrebarea numărul 1F.4 arată că este vorba despre o chestiune legată de etapa întâi, sau „prenatală", care este discutată în secțiunea F a capitolului 4, și că este a patra întrebare referitoare la respectiva secțiune. 2A.3 înseamnă etapa a doua (capitolul 5), a treia întrebare referitoare la secțiunea A a acelui capitol. Un „P" după numărul-cheie înseamnă că întrebarea trebuie adresată părinților pacientului. Astfel, 2A.3P trimite în același loc ca și 2A.3, dar înseamnă că de astă dată întrebarea e destinată părinților, nu pacientului. Sistemul acesta clarifică structura textului, astfel că întrebările propriu-zise apar numerotate în ordine și pot fi folosite separat de text.

1. Influențe prenatale (Capitolul 4)

1B.1 Ce fel de viață au dus bunicii tăi?

1C.1 Care este poziția ta în familie?
a. Care e data nașterii tale?
b. Care e data nașterii fratelui dinaintea ta?
c. Care e data nașterii fratelui de după tine?
d. Te interesează în mod special datele?

1C.1P Câți frați și surori ai?
a. Câți copii vrei/te aștepți (vrea/se așteaptă Părintele, Adultul, Copilul tău) să ai?
b. Câți copii au dorit părinții tăi să aibă?
c. Te interesează în mod special datele?

1D.1 Ai fost dorit?

1D.1P L-ai dorit?

a. A fost o sarcină planificată?
b. Unde şi când a fost conceput?
c. A existat vreo încercare de avort provocat?
d. Ce părere ai despre sex?

1E.1 Ce a simţit mama ta cu privire la naşterea ta?
1E.2 Cine s-a aflat de faţă la naşterea ta?
a. A fost o naştere prin cezariană sau cu ajutorul forcepsului?

1F.1. Ţi-ai citit vreodată cu adevărat certificatul de naştere?
1F.2 Cine ţi-a ales numele?
1F.3 După cine ai fost botezat?
1F.4 De unde vine numele tău de familie?
1F.5 Cum ţi se spunea în copilărie?
a. Cum îl cheamă pe Copilul tău?
b. Aveai o poreclă în copilărie?
1F.6 Cum îţi spuneau colegii în liceu?
1F.7 Cum îţi spun prietenii acum?
a. Cum îţi spune acum mama, tatăl tău?

2. *Copilăria mică (Capitolul 5)*

2A.1 Cum te-au învăţat mama şi tatăl tău să mănânci frumos?
a. Ce spune mama ta când hrăneşte un bebeluş?
2A.1P Ce se întâmpla în timpul alăptării lui?
a. Ce obişnuiai să-i spui în acele momente?
2A.2 Cine te-a învăţat să foloseşti toaleta?
2A.3 Cum te-a învăţat şi ce-ţi spunea?
a. Ce spun părinţii tăi cu privire la învăţarea folosirii toaletei?
2A.3P Cum şi când l-ai învăţat să folosească toaleta?
a. Ce obişnuiai să-i spui în acele momente?
2A.4 Ai avut parte de multe clisme sau laxative în copilărie?
2B.1 Cum te făceau părinţii să te simţi când erai mic?
a. Ce părere aveai despre tine când erai mic?

2B.2 Ce ai hotărât cu privire la viaţa ta când erai mic?
2C.1 Cum îţi părea lumea când erai mic?
a. Ce părere aveai despre alţi oameni?
2C.2 Îţi aminteşti ca, în copilărie, să fi hotărât vreodată că nu vei mai face niciodată un anumit lucru sau nu vei mai arăta un anumit sentiment?
a. Ai hotărât să faci întotdeauna un anumit lucru, cu orice preţ?
2C.3 Eşti un învingător sau un învins?
2C.4 Când ai hotărât asta?
2D.1 Cum interpretai ceea ce se petrecea între părinţii tăi când erai mic?
a. Ce ai fi vrut să faci în privinţa asta?
2E.1 Ce fel de oameni dispreţuiau părinţii tăi?
a. Ce fel de oameni îţi displac cel mai mult?
2E.2 Ce fel de oameni admirau părinţii tăi?
a. Ce fel de oameni îţi plac cel mai mult?
2F.1 Ce se întâmplă cu oamenii ca tine?

3. *Mijlocul copilăriei (Capitolele 6 şi 7)*

3A.1 Ce-ţi spuneau părinţii să faci când erai mic?
a. Ce-ţi spuneau când erai foarte mic?
3A.2 Care era sloganul preferat al părinţilor tăi?
3A.3 Ce te-au învăţat părinţii tăi să faci?
3A.4 Ce ţi-au interzis să faci?
3A.5 Dacă familia ta ar fi pusă pe scenă, ce fel de piesă de teatru ar fi?

4. *Copilăria târzie (Capitolul 7)*

4A.1 Care era basmul tău preferat în copilărie?
a. Care era poezioara ta preferată în copilărie?
b. Care era povestirea ta preferată în copilărie?
4A. 2 Cine ţi-a citit-o sau ţi-a povestit-o?

a. Unde, când?
4A.3 Ce ţi-a spus cititorul despre acel text?
a. Cum a reacţionat la poveste?
b. Ce exprima chipul său?
c. Îl interesa povestea sau o citea doar de dragul tău?
4A.4 Care era personajul tău preferat în copilărie?
a. Care era eroul tău?
b. Care era personajul negativ pe care-l preferai?
4B.1 Cum reacţiona mama ta când lucrurile mergeau prost?
4B.2 Cum reacţiona tatăl tău când lucrurile mergeau prost?
4C.1 Ce fel de simţăminte te deranjează cel mai mult?
4C.2 Ce fel de simţăminte îţi plac cel mai mult?
4C.3 Care e cea mai frecventă reacţie a ta când lucrurile merg prost?
4C.4 Când un vânzător îţi dă cupoane, ce faci cu ele?
4D.1 Ce aştepţi de la viaţă?
4D.2 Care e afirmaţia cu „o, dacă" pe care o rosteşti cel mai des?
4D.3 Cum arată pentru tine Moş Crăciun?
a. Cine sau ce e pentru tine Moş Crăciun?
4D.4 Crezi în nemurire?
a. Care erau jocurile preferate ale părinţilor tăi?
4E.1 În ce fel de dispute intrau părinţii tăi?
4E.1P Ce jocuri l-ai învăţat pe pacient când era mic?
a. Ce jocuri jucai cu părinţii tăi când erai mic?
4E.2 Cum se înţelegeau cu tine profesorii la şcoală?
4E.3 Cum se înţelegeau colegii cu tine la şcoală?
4F.1 Despre ce discutau părinţii tăi la masă?
4F.2 Aveau părinţii tăi vreo fixaţie?

5. Adolescenţa (Capitolul 8)

5A.1 Despre ce discuţi cu prietenii tăi?
5B.1 Cine e actualmente eroul tău?

5B.2 Care e cea mai groaznică persoană din lume?
5C.1 Ce părere ai despre oamenii care se masturbează?
5C.2 Cum te-ai simţi dacă te-ai masturba?
5D.1 Ce se întâmplă cu corpul tău când devii agitat?
5E.1 Cum se comportă părinţii tăi când e lume în preajmă?
5E.2 Despre ce vorbesc ei când sunt singuri sau cu prietenii lor?
5F.1 Ai avut vreodată un coşmar?
a. Ce fel de lume vezi în vise?
5F.2 Povesteşte-mi un vis pe care l-ai avut, indiferent care.
5F.3 Ai avut vreodată idei delirante?
5F.4 Cum te privesc oamenii?
5G.1 Care e cel mai bun lucru pe care-l poţi face cu viaţa ta?
5G.2 Care e cel mai groaznic lucru pe care-l poţi face cu viaţa ta?
5G.3 Ce vrei să faci cu viaţa ta?
5G.4 Ce te aştepţi că vei face peste cinci ani?
a. Unde te aştepţi să fii peste zece ani?
5H.1 Care e animalul tău preferat?
a. Ce animal ţi-ar plăcea să fii?
5I.1 Care e sloganul vieţii tale?
a. Ce ai scrie pe tricoul tău, aşa încât oamenii să ştie că e vorba despre tine?
b. Ce ai scrie pe spatele tricoului?

6. Maturitatea (Capitolul 9)

6A.1 Câţi copii te aştepţi să ai?
a. Câţi copii vreau (Părintele, Adultul, Copilul tău) să ai?
(Această întrebare ar trebui corelată cu 1C.1 şi cu 1C.1P)

6A.2 De câte ori ai fost căsătorit?
6A.3 De câte ori a fost căsătorit fiecare dintre părinții tăi?
a. Au avut amanți?
6A.4 Ai fost arestat vreodată?
a. A fost vreodată arestat unul dintre părinții tăi?
6A.5 Ai comis vreodată o infracțiune?
a. A făcut vreunul dintre părinții tăi același lucru?
6A.6 Ai fost vreodată internat într-un spital de psihiatrie?
a. Dar vreunul dintre părinții tăi?
6A.7 Ai fost vreodată internat pentru alcoolism?
a. Dar vreunul dintre părinții tăi?
6A.8 Ai încercat vreodată să te sinucizi?
a. Dar vreunul dintre părinții tăi?
6B.1 Ce vei face la bătrânețe?

7. Moartea (Capitolul 10)

7B.1 Cât vei trăi?
7B.2 Cum ai ales vârsta asta?
a. Cine a murit la vârsta asta?
7B.3 Ce vârstă avea tatăl tău/mama ta (dacă nu mai trăiește) când a murit?
a. Câți ani avea bunicul tău din partea mamei când a murit? (Pentru bărbați.)
b. Câți ani aveau bunicile tale când au murit? (Pentru femei.)
7B.4 Cine se va afla lângă patul tău de moarte?
7B.5 Care vor fi ultimele tale cuvinte?
a. Care vor fi ultimele lor cuvinte?
7C. 1 Ce vei lăsa în urmă?
7D.1 Ce vor scrie ceilalți pe piatra ta de mormânt?
a. Ce va scrie pe fața pietrei tale de mormânt?
7D.2 Ce vei scrie tu pe piatra ta de mormânt?
b. Ce va scrie pe spate?

7E.1 Ce surprize se vor descoperi după moartea ta?
7F.1 Ești un învingător sau un învins?
7G.1 Preferi structurarea în funcție de timp sau în funcție de evenimente? (Explică termenii.)

8. Factori biologici (Capitolul 13)

8A.1 Știi cum arată fața ta când reacționezi la ceva?
8A.2 Știi cum reacționează alții la reacțiile tale faciale?
8B.1 Poți face diferența dintre Părintele, Adultul și Copilul tău?
a. Pot alți oameni să facă diferența în ceea ce te privește?
b. Tu poți face diferența în ce-i privește pe ceilalți?
8B.2 Ce simte adevăratul tău eu?
8B.3 Eul tău real îți controlează întotdeauna acțiunile?
8C.1 Ai vreo fixație sexuală?
8C.2 Se întâmplă să ți se învârtă vreun lucru în minte la nesfârșit?
8D.1 Ești conștient de mirosuri?
8E.1 Cu cât timp înainte să se întâmple un lucru începi să te frămânți?
8E.2 Cât timp după ce s-a întâmplat un lucru te frămânți din cauza lui?
a. Ți se întâmplă să stai treaz noaptea plănuind o răzbunare?
b. Sentimentele îți influențează negativ munca?
8F.1 Îți place să arăți că poți să suferi?
a. Preferi să fii fericit decât să te pui la încercare?
8G.1 Ce-ți spun vocile din mintea ta?
8G.2 Vorbești vreodată cu tine însuți când ești singur?
a. Când nu ești singur?
8G.3 Faci întotdeauna ce-ți spun vocile din minte?
a. Se întâmplă vreodată ca Adultul sau Copilul tău să se certe cu Părintele?
8H.1 Cum ești când ești o persoană reală?

9. Alegerea terapeutului (Capitolul 9)

9B.1 De ce ai ales profesia mea?
a. Ce părere ai despre faptul că ai fost trimis la cineva cu profesia mea?
b. Ce profesie ai prefera?
9B.2 Cum m-ai ales?
9B.3 De ce m-ai ales?
a. Ce părere ai despre faptul că ai fost trimis la mine?
9B.4 Cine era magicianul în copilăria ta?
9B.5 Ce fel de magie cauți?
9C.1 Ai avut experiențe psihiatrice anterioare?
9C.2 Cum ți-ai ales terapeutul anterior?
a. De ce ai mers la el?
9C.3 Ce ai învățat de la el?
9C.4 De ce ai plecat?
9C.5 În ce condiții ai plecat?
9C.6 Cum alegi un loc de muncă?
9C.7 Cum abandonezi un loc de muncă?
9C.8 Ai fost internat vreodată într-un spital sau într-o secție de psihiatrie?
a. Ce a trebuit să faci pentru a ajunge acolo?
b. Ce a trebuit să faci ca să ieși?
9C.9 Poți să-mi povestești un vis pe care l-ai avut cândva?

10. Semnele scenariului (Capitolul 16)

(Întrebări pe care și le pune terapeutul)

10A.1 Care este semnalul scenariului?
10A.2 Are halucinații?
10B.1 Care este componenta fiziologică?
10B.2 Care e cea mai frecventă expresie respiratorie a sa?
10C.2 Ce provoacă schimbările de voce?

10C.3 Câte vocabulare există?
10C.4 Care e partea de vorbire preferată?
10C.5 Când e folosit subjonctivul?
10C.6 De unde vin cuvintele OK?
10C.7 Care sunt frazele de scenariu?
10C.8 Care e peisajul metaforic?
10C.9 Cum sunt construite propozițiile?
10C.10 Care sunt frazele de siguranță?
10D.1 Când apare râsul de sub ștreang?
10D.2 Care e tranzacția de sub ștreang?
10E.1 Își consultă bunica?
10F.1 Care e povesea vieții sale?
10F.2 Care e comutarea sa preferată în triunghiul dramei?

11. Scenariul în terapie (Capitolul 18)

11A.1 Cum crezi că se va încheia terapia?
11B.1 Crezi că sunt mai deștept ca tine?
11B.2 Cine îți face probleme?
11B.3 Cât de bine vrei să te faci?
11B.4 Ce ai vrea să se întâmple aici?
11B.5 Ești pregătit acum să te faci bine?
a. Ce trebuie să se întâmple înainte să te faci bine?
11B.6 Ce te împiedică să te faci bine?
11C.1 Crezi că aș putea să mă descurc cu părinții tăi?
a. Părinții tăi erau foarte puternici?
11D.1 Preferi să te faci bine sau să fii analizat complet?
a. Preferi să te faci bine sau să ieși din spital?
b. Preferi să te faci bine sau să rămâi în spital?

E. Un inventar operațional condensat

Inventarul de mai jos include doar acele elemente legate în mod specific de analiza scenariului și e menită ca o anexă a

anamnezei psihiatrice, nu ca un înlocuitor al ei. Cele cincizeci și una de întrebări alese sunt mai „firești" și mai puțin invazive și, în majoritatea cazurilor, vor contribui la crearea unei bune relații în loc s-o împiedice.

1B.1 Ce fel de viață au dus bunicii tăi?
1C.1 Care e poziția ta în familie?
1E.2 Cine se afla în preajmă când te-ai născut?
1F.3 După cine ai fost botezat?
1F.4 De unde vine numele tău de familie?
1F.5 Cum ți se spunea în copilărie?
1F.6 Ai vreo poreclă?

2A.4 Erai constipat în copilărie?
2F.1 Ce se întâmplă cu oamenii ca tine?

3A.1 Ce-ți spuneau părinții când erai mic?

4A.1 Care era basmul tău preferat în copilărie?
4A.3 Ce spunea despre basm persoana care ți-l citea?
4B.1 Cum reacționau părinții tăi când apăreau probleme?
4C.1 Ce fel de sentimente te deranjează cel mai mult?
4F.1 Despre ce discutau părinții tăi la masă?
4F.2 Părinții tăi aveau vreo fixație?

5F.2 Povestește-mi un vis pe care l-ai avut cândva.
5F.3 Ai avut vreodată idei delirante?
5G.4 Ce te aștepți că vei face peste cinci ani?
5I.1 Ce ai scrie pe tricoul tău, așa încât oamenii să știe că e vorba despre tine?

6A.8 Ai încercat vreodată să te sinucizi?
6B.1 Ce vei face la bătrânețe?

7B.1 Cât vei trăi?
7B.2 Cum ai ales vârsta asta?

7D.1 Ce vor scrie ceilalți pe piatra ta de mormânt?
7D.2 Ce vei scrie tu pe piatra ta de mormânt?
7F.1 Ești un învingător sau un învins?

8A.1 Știi cum arată fața ta când reacționezi la ceva?
8B.3 Eul tău adevărat îți controlează întotdeauna acțiunile?
8C.1 Ai vreo fixație sexuală?
8D.1 Ești conștient de mirosuri?
8E.1 Cu cât timp înainte să se întâmple un lucru începi să te frământi?
8F.1 Îți place să arăți că poți să suferi?
8G.1 Ce-ți spun vocile din mintea ta?

9B.1 Cum m-ai ales pe mine?
9C.3 Ce ai învățat de la terapeutul tău dinainte?
9C.4 De ce ai renunțat la el?
9C.9 Îmi poți povesti un vis pe care l-ai avut cândva?

(Întrebări pe care și le pune terapeutul)

10A.1 Care este semnalul scenariului?
10A.2 Are halucinații?
10C.1 Care e cea mai frecventă expresie respiratorie?
10C.6 De unde vin cuvintele OK?
10C.8 Care este peisajul metaforic?
10C.10 Care sunt expresiile de siguranță?
10D.1 Care este tranzacția de sub ștreang?
10E.1 Își consultă bunica?
10F.1 Care e povestea vieții sale?

11A.1 Cum crezi că se va încheia terapia ta?
11B.5 Ce trebuie să se întâmple înainte să te faci bine?
11D.1 a. Preferi să te faci bine sau să fii analizat complet?
b. Preferi să te faci bine sau să ieși din spital?

F. Un inventar operațional al terapiei

În continuare urmează o listă cu patruzeci de întrebări care arată dacă pacientul și-a depășit scenariul. El poate fi considerat complet vindecat când răspunsul la toate întrebările este afirmativ. E o modalitate cantitativă de a estima cât de eficientă a fost terapia până la un moment oarecare. Până acum nu există nici o cale convingătoare de a cântări întrebările, așa că pentru moment li se poate acorda greutate egală. Inventarul are menirea de a testa teoria potrivit căreia vindecarea scenariului și vindecarea clinică sunt identice. Este concepută în principal spre a fi folosită când pacientul încheie terapia. Cel mai bine se folosește în terapia de grup, iar răspunsurile pacientului sunt considerate valide dacă terapeutul și ceilalți membri ai grupului sunt de aceeași părere ca și el, și supuse îndoielii dacă ei nu sunt de aceeași părere, lăsând locul cuvenit pentru posibilele motive ascunse ale oricăruia dintre cei implicați.

Întrebările au aceeași cheie ca și cele din inventarul operațional al scenariului.

1F.7	Prietenii ți se adresează acum cu numele care-ți place?
2B.1	Ești o persoană OK?
2C.1	Lumea îți pare altfel acum?
2C.2	Te-ai eliberat de iluzii?
2C.3	Ți-ai schimbat hotărârea din copilărie?
3A.1	Ai încetat să mai faci lucrurile distructive pe care ți-au poruncit părinții să le faci?
3A.4	Poți acum să faci lucrurile constructive pe care părinții ți-au interzis să le faci?
4A.4	Ai acum alt erou sau îl vezi altfel pe cel dinainte?
4C.1	Ai încetat să mai colecționezi cupoane?
4C.3	Reacționezi altfel decât reacționau părinții tăi?
4D.1	Trăiești cum trebuie acum?
4D.2	Ai renunțat să mai spui „o, dacă" și „cel puțin"?

4E.1	Ai renunțat la jocurile pe care le jucau părinții tăi?
4I.1	Ți-ai dat jos tricoul inscripționat?
5F.1	S-a schimbat lumea viselor tale?
6A.6	Ai renunțat la răsplata scenariului tău: închisoare, spital, sinucidere?
7B.1	Vei trăi mai mult decât credeai înainte?
7B.5	Ți-ai schimbat ultimele cuvinte?
7D.5	Ți-ai schimbat epitaful?
8A.1	Ești conștient cum îi afectează pe ceilalți reacțiile tale faciale?
8B.1	Știi care stare a Eului deține controlul la un moment dat?
8B.3	Adultul tău poate să discute cinstit cu Părintele și cu Copilul tău?
8C.1	Te poți simți excitat sexual fără stimulare artificială?
8D.1	Ești conștient în ce fel te influențează mirosurile?
8E.1	Cum ți-ai redus presiunea anticipată și presiunea ulterioară, în așa fel încât să nu se suprapună?
8F.1	Ești fericit în loc să fii doar curajos?
9B.5	a. Ți-ai schimbat motivul pentru care ai venit la terapie? b. Ai încetat să mai faci ceea ce înainte te ducea la spital?
10A.1	A dispărut semnalul scenariului tău?
10A.2	Te-ai eliberat de halucinații?
10B.1	Ți-au dispărut simptomele fizice?
10C.1	Ai încetat să mai tușești, să oftezi și să caști fără motiv aparent?
10C.4	Folosești verbe, în loc de adjective și substantive abstracte, când vorbești despre oameni?
10C.8	Folosești o gamă mai largă de metafore?
10C.9	Sunt propozițiile tale mai ferme?
10C.10	Ai încetat să te exprimi ezitant?
10D.1	Ai încetat să zâmbești și să râzi când îți descrii propriile greșeli?

11A.1 Îți vezi altfel terapeutul?
11B.1 Ai încetat să mai joci jocuri cu el?
11C.1 Reușești să te abții de la jocuri înainte ca ele să înceapă?
11D.1 Crezi că te-ai vindecat, în loc să faci simple progrese?

Anexă

CHIAR AȘA, CE SPUI DUPĂ „BUNĂ ZIUA"?

În privința asta, regula e simplă: cu cât e mai dur scenariul, cu atât e mai ușor să știi ce să spui. L-am amintit deja pe Oedip, care se descurca doar cu două replici sumare: „Vrei să te bați?" în cazul bărbaților și „Vrei s-o faci cu un puști de două ori mai tânăr ca tine?" în cazul femeilor. Infractorii folosesc și ei replici sumare: „Unde-i mălaiu'?" în cazul tâlharilor și „Tacă-ți gura!" în cazul violatorilor. La fel și dependenții de substanțe: „Bea un pahar!" sau „Ai o doză?" Unii infractori și schizofrenici nici măcar nu se obosesc să spună bună ziua.

Pentru ceilalți există șase situații posibile. (1) Când discuția este obligatorie și situația e puternic structurată, ca la tribunal sau în cabinetul medicului. E o situație ușoară, datorită structurii profesionale. (2) Când discuția e obligatorie și structura e socială. Aici, posibilitățile variază de la banalul „Ți-e destul de cald?" până la „Colierul pe care-l porți e etiopian?" (3) Când discuția este obligatorie și situația e nestructurată, ca în anumite tipuri de grupuri „de întâlnire". Asta e mai mult sau mai puțin o invenție a speciei umane și, pentru anumiți oameni, prezintă dificultăți. Cea mai impersonală remarcă „personală" posibilă în astfel de situații este „Ai niște pantofi frumoși." (4) Când discuția este permisă, dar nu obligatorie. Asta se întâmplă adesea la concerte în aer liber, marșuri, etc. Aici, „Grozav!" e o a doua replică universală, iar a treia replică ar trebui să fie un punct de start, de exemplu: „Bună." „Bună." „Grozav!" „Mda." „Mă refer la lumini." „A, da? Credeam că te referi la muzică." Iar de-aici încolo, totul e peltea. (5) Când discuția nu e un lucru obișnuit și cere oare-

care curaj. E situația cea mai dificilă, din moment ce respingerea este legitimă și vorbitorul lucrează tot timpul cu probabilități. Ovidiu, *Arta iubirii*, Cartea I e sursa de consultat în această privință. Sugestiile lui sunt la fel de potrivite în New York, San Francisco, Londra sau Paris în zilele noastre cum erau în Roma cu două mii de ani în urmă. Dacă reușești cu Cartea I, vei fi pregătit să treci la stadiile mai avansate din Cartea a II-a, iar dacă merge și asta, vei fi pregătit să marchezi, cu Cartea a III-a. (6) Când discuția e interzisă, ca în metroul din New York. Cu excepția celor mai neobișnuite circumstanțe, doar oamenii cu scenariu foarte dur încearcă.

Gluma clasică în privința asta e cea despre bărbatul a cărui conversație cu femeile decurgea astfel: „Bună." „Bună." „Vrei să te culci cu mine?" Un prieten l-a sfătuit că ar fi mai indicat să facă puțină conversație înainte de a pune întrebarea. Așa că data următoare când a făcut cunoștință cu o fată, i-a spus: „Bună. Ai fost vreodată în Etiopia?" „Nu." „Atunci hai să ne culcăm împreună." La drept vorbind, replica nu e chiar așa de proastă. Iată câteva posibilități:

Meditativ:

— Bună.

— Bună.

— Ai fost vreodată în Etiopia?

— Nu.

— Nici eu, dar zău că mi-ar plăcea să călătoresc. Tu ai călătorit mult?

Naiv:

— Bună.

— Bună.

— Ai fost vreodată în Etiopia?

— Nu.

— E o țară frumoasă. O dată am văzut acolo un om care mânca un leu.

— Un om să mănânce un leu?

— Friptură. Ai luat masa? Îți place friptura? Știu eu un local simpatic... etc.

Am oferit aceste câteva sugestii din politețe, pentru a îndeplini promisiunea indirectă făcută de titlul cărții, și au doar menirea de a stimula ingeniozitatea cititorului.

GLOSAR

Antiscenariu (*Antiscript*) Inversul scenariului. Opusul sfidător a ceea ce cere fiecare directivă.

Adult (*Adult*) Stare a Eului orientată spre prelucrarea obiectivă, autonomă a datelor și spre estimarea probabilităților.

Presiune ulterioară (*After-Burn*) Perioada de timp necesară pentru a asimila un eveniment din trecut.

Buton (*Button*) Un stimul intern sau extern care declanșează comportamentul în ton cu scenariul sau cu jocul.

Copil (*Child*) Stare arhaică a Eului. Copilul adaptat urmează directivele parentale. Copilul spontan este autonom.

Timp-cronometru (*Clock-Time*) Perioadă măsurată cu ajutorul ceasului sau a calendarului.

Ispită (*Come-on*) O provocare sau seducere în direcția unui comportament neadaptativ.

Angajament (*Commitment*) O hotărâre, ratificată operațional, de a urma anumite principii de acțiune pentru a atinge un anumit obiectiv.

Contract (*Contract*) Un acord explicit între pacient și terapeut, care afirmă obiectivul terapiei în fiecare fază a ei.

Convingere (*Conviction*) Părerea fermă cu privire la poziția OK sau ne-OK a propriei persoane, pe de o parte, și a restului lumii, pe de altă parte.

Contrascenariu (*Counterscript*) Un posibil plan de viață bazat pe precepte parentale.

Blestem (*Curse*) Porunca parentală.

Interceptare (*Cut-off*) Eliberarea de scenariu venită din exterior.

Ștergere (*Cut-out*) Eliberarea de scenariu venită din interior.

Condamnare la moarte (*Death Decree*) Răsplata fatală prevăzută în scenariu.

Hotărâre (*Decision*) Un angajament luat în copilărie față de o anumită formă de comportament, care formează ulterior baza caracterului.

Demon (*Demon*) (a) Porniri și impulsuri ale copilului care, în aparență, se împotrivesc instrumentarului scenariului, dar în realitate, de multe ori, îl întăresc. (b) Vocea șoptită a Părintelui care-l îndeamnă pe Copil la comportamente neadaptative, impulsive. De obicei, scopurile celor două coincid.

Depresie (*Depression*) Eșecul dialogului între Copil și Părinte.

Triunghiul dramei (*Drama Triangle*) O diagramă simplă care arată posibilele comutări de roluri într-un joc sau scenariu. Cele trei roluri principale sunt Persecutorul, Victima și Salvatorul.

Pământean (*Earthian*) Persoană ale cărei raționamente se bazează pe preconcepții, nu pe ceea ce se întâmplă în realitate. Demodată, conservatoare.

Punct de vedere pământean (*Earthian Viewpoint*) Perspectivă încețoșată de preconcepții învățate de la alți oameni, de obicei în copilăria mică.

Stare a Eului (*Ego State*) Un tipar consecvent de simțăminte și experiențe legat direct de un tipar corespondent, la fel de consecvent, al comportamentului.

Electrod (*Electrod*) Părintele din Copil. Când este activat, declanșează o reacție aproape automată.

Cultura familială (*Family Culture*) Principalele interese ale familiei, îndeosebi legate de funcțiile organice.

Drama familială (*Family Drama*) O serie dramatică de evenimente ce are loc în mod repetat în fiecare familie și care alcătuiește protocolul scenariului.

Râsul de sub ștreang (*Gallows Laugh*) Râsul sau zâmbetul ce însoțește o tranzacție sub ștreang și la care, de obicei, participă și ceilalți oameni prezenți.

Tranzacție sub ștreang (*Gallows Transaction*) O tranzacție ce duce direct la recompensa scenariului.

Joc (*Game*) O serie de tranzacții în care există o păcăleală, o chichiță, o comutare și o încurcătură, ducând la o răsplată.

Formula jocului (*Game Formula*) Succesiunea evenimentelor ce au loc într-un joc, exprimate ca formulă prin litere:

$$P+S=R \rightarrow C \rightarrow X \rightarrow Rp \text{ (Formula J)}$$

Comportament conform jocului (*Gamy Behavior*) Comportament ce pare calculat mai mult pentru a se obține prin el o eventuală recompensă gen cupon decât pentru a se atinge scopul lui declarat.

Chichiță (*Gimmick*) O atitudine sau slăbiciune aparte ce face persoana să fie vulnerabilă la jocuri sau la comportamente conforme cu scenariul.

Timp-obiectiv (*Goal Time*) O perioadă încheiată prin atingerea unui obiectiv.

Iluzie (*Illusion*) O speranță improbabilă de care se agață Copilul și care-i influențează toate comportamentele decisive.

Poruncă (*Injunction*) O interdicție sau un ordin negativ din partea unui părinte.

Intimitate (*Intimacy*) Schimb de expresii afective neinfluențat de jocuri, lipsit de exploatare.

Cursul vieții (*Life Course*) Ceea ce se întâmplă propriu-zis.

Planul de viață (*Life Plan*) Ceea ce ar trebui să se întâmple, în conformitate cu scenariul.

Sentință pe viață (*Life Sentence*) O răsplată negativă, dar nu fatală prevăzută în scenariu.

Învins (*Loser*) Cel care nu-și atinge scopul declarat.

Marțian (*Martian*) Persoană care observă ce se întâmplă pe Pământ fără idei preconcepute.

Punct de vedere marțian (*Martian Viewpoint*) Cea mai naivă atitudine posibilă din perspectiva căreia se observă cele ce se întâmplă pe Pământ.

Ipotecă (*Mortgage*) O obligație opțională, asumată pentru a structura perioade îndelungate de timp.

Neînvingător (*Nonwinner*) Persoană care muncește din greu ca să se mențină pe linia de plutire.

Tată-monstru (*Ogre Father*) Starea de Copil a Eului tatălui, care formează Părintele stării de Copil a Eului fiicei sale și coordonează scenariul tragic. Într-un scenariu productiv se numește Uriașul vesel.

Cuvinte OK (*OK words*) Cuvinte răsplătite prin aprobarea parentală.

Suprapunere (*Overlap*) Când presiunea anticipată începe înainte să se fi potolit presiunea ulterioară.

Palimpsest (*Palimpsest*) O versiune ulterioară a scenariului, născută din noile posibilități ce apar pe măsură ce copilul se dezvoltă.

Părinte (*Parent*) Stare a Eului împrumutată de la o figură parentală. Poate să funcționeze ca influență călăuzitoare (Părintele influențator) sau se poate manifesta direct sub forma comportamentului parental (Părintele activ). Poate fi grijuliu sau critic.

Model (*Pattern*) Stil de viață bazat pe instrucțiunile sau pe exemplul părinților.

Permisiune (*Permission*) (1) Autorizație parentală în privința comportamentului autonom. (2) O intervenție care-i dă individului autorizația de a nu se supune unei porunci parentale dacă este pregătit, dornic și capabil de acest lucru, sau îl eliberează de provocările parentale.

Persona (*Persona*) O prezentare mascată a propriei persoane. De obicei se află la nivelul vârstei de opt-doisprezece ani.

Poziție (*Position*) Concepție privind starea OK sau ne-OK care justifică o decizie; poziția de pe care se joacă jocurile.

Prescripție (*Prescription*) Set de precepte oferite de un părinte grijuliu.

Program (*Program*) Stilul de viață ce rezultă din toate elementele instrumentarului scenariului puse laolaltă.

Protocol (*Protocol*) Experiențele dramatice originare pe care se bazează scenariul.

Provocare (*Provocation*) Comportament neadaptativ încurajat sau cerut de părinte.

Concesiune (*Racket*) Sexualizarea, căutarea și exploatarea tranzacțională a simțămintelor neplăcute.

Presiune anticipată (*Reach Back*) Perioada de timp în care un eveniment ce se va produce în viitor influențează comportamentul.

Eliberare externă (*Release, External*) Intervenție din afară care eliberează individul de cerințele scenariului său. O interceptare.

Eliberare internă (*Release, Internal*) Condiție încorporată în scenariu prin care individul este eliberat de scenariu. O ștergere.

Re-parentaj (*Re-Parenting*) Întreruperea programării parentale timpurii și înlocuirea ei cu un program nou, mai adaptativ, prin regresie, în special la schizofrenici.

Rol (*Role*) Set de tranzacții desfășurate în oricare dintre cele trei stări ale Eului, în conformitate cu cerințele scenariului.

Moș Crăciun (*Santa Claus*) Sursa iluzorie a cadoului iluzoriu în așteptarea căruia își petrece viața Copilul.

Scenariu de viață (*Script*) Un plan de viață bazat pe o decizie luată în copilărie, întărit de părinți, justificat de evenimentele ulterioare și care culminează printr-o alternativă aleasă.

Antiteză (*Antithesis*) Comandă care contrazice direct porunca parentală; o intervenție terapeutică ce determină eliberarea temporară sau permanentă de cerințele scenariului. O eliberare externă.

Instrumentar (*Apparatus*) Cele şapte elemente care alcătuiesc un scenariu.

Scenariu de tip „Ai voie" (*Can Script*) Scenariu exprimat în termeni pozitivi.

Scenariul de tip „N-ai voie" (*Can't Script*) Scenariu exprimat în termeni negativi.

Inventar operaţional (*Check List*) O listă de întrebări atent alese şi formulate astfel încât să se obţină prin ele cea mai mare cantitate de informaţie privind scenariul, cu cât mai puţină ambiguitate.

Comenzi (*Controls*) Răsplata, poruncile şi provocările care controlează comportamentul în ton cu scenariul individului.

Valută (*Currency*) Mijlocul prin care se ajunge la răsplata prevăzută în scenariu: de exemplu, cuvinte, bani sau ţesuturi vii.

Directive (*Directive*) Comenzi, modele şi alte unelte ale scenariului.

Condus (*Driven*) Despre persoana care trebuie să îndeplinească, cu orice preţ, ceea ce cere scenariul său, dar pe lângă asta poate să se şi distreze.

Episcenariu (*Episcript*) Un exces de programare parentală. *Vezi* Suprascenariu.

Echipament (*Equipment*) Stimulii şi reacţiile parentale din care individul îşi construieşte instrumentarul scenariului.

Eşec (*Failure*) Dacă scenariul nu poate fi dus la îndeplinire, conduce la disperare.

Formulă (*Formula*) Succesiunea de evenimente esenţiale pentru progresul unui scenariu, exprimată într-o formulă folosind litere: PTI → Pr → S → CI.

Hamartic (*Hamartic*) Scenariu cu un final autodistructiv, tragic.

Matrice (*Matrix*) O diagramă care înfăţişează directivele parentale ce alcătuiesc baza scenariului.

Răbufnire (*Outbreak*) (sau Răbufnire a scenariului) Trecerea de la un comportament controlat mai mult sau mai puţin raţional la o scenă conformă cu scenariul.

Suprascenariu (*Overscript*) Un exces de programare parentală transmis de la o persoană la alta, cum ar fi de la părinte la copil. Persoana care deţine la un moment dat acest „cartof fierbinte", oricare ar fi ea, are un suprascenariu. Episcenariu.

Răsplată (*Payoff*) Destinul final sau etalarea finală care marchează sfârşitul unui plan de viaţă.

Primitiv (*Primal*) Cea mai timpurie versiune a scenariului, bazat pe felul cum interpretează sugarul drama familială.

Dominat (*Ridden*) Despre persoana care trebuie să se concentreze asupra scenariului ei, ignorând orice altceva.

Decor (*Set*) Contextul ca de vis în care Copilul interpretează scenariul.

Semn (*Sign*) Un element comportamental deosebit care oferă un indiciu privind scenariul pacientului.

Semnal (*Signal*) O mişcare sau un tic care marchează comportamentele conforme cu scenariul.

Spaţiu (*Space*) Spaţiul în care au loc tranzacţiile decisive ale unui scenariu.

Temă (*Theme*) Cele mai frecvente sunt iubirea, ura, răzbunarea şi gelozia.

Viteză (*Velocity*) Numărul de comutări de rol care survin într-un scenariu într-o unitate de timp dată.

Lume (*World*) Lumea distorsionată în care se desfăşoară scenariul.

În ton cu scenariul (*Scripty*) Comportament ce pare motivat mai mult de un scenariu decât de considerente raţionale.

Antidotul blestemului (*Spellbreaker*) O eliberare internă, încorporată în scenariu.

Breşă (*Slot*) Un loc din scenariu ce urmează a fi ocupat de orice persoană care reacţionează corespunzător cu cerinţele respective.

Piedică (*Stopper*) O poruncă sau interdicţie din scenariu

Mângâiere (*Stroke*) O unitate de confirmare, cum ar fi „Bună ziua".

Analiză structurală (*Structural Analysis*) Analiza personalităţii sau a unei serii de tranzacţii, din perspectiva stărilor de Părinte, Adult şi Copil ale Eului.

Tricou inscripţionat (*Sweatshirt*) Un motto al vieţii ce se poate deduce din conduita persoanei.

Comutare (*Switch*) 1. Trecerea de la un rol la altul într-un joc sau într-un scenariu.
2. Manevră prin care altă persoană este forţată sau determinată să schimbe rolurile.

Comutator (*Switch*) Stimul intern sau extern care opreşte comportamentul adaptativ.

Ipoteză terapeutică (*Therapeutical Hypothesis*) Ipoteză privind valoarea unei operaţiuni terapeutice planificate.

Totem (*Totem*) Animal care-l fascinează pe individ şi-i influenţează comportamentul.

Cupon (*Trading Stamp*) O trăire afectivă „colecţionată" ca recompensă în joc.

Tranzacție (*Tranzaction*) Un stimul tranzacțional de la o anumită stare a Eului agentului, plus o reacție tranzacțională de la o anumită stare a Eului respondentului. Tranzacția este unitatea de bază a acțiunii sociale.

Analiză tranzacțională (*Transactional Analysis*) (1) Sistem de psihoterapie bazat pe analiza tranzacțiilor și a lanțurilor de tranzacții care au loc în timpul ședințelor de terapie. (2) Teorie a personalității bazată pe studiul anumitor stări ale Eului. (3) Teorie a acțiunilor sociale bazată pe analiza riguroasă a tranzacțiilor, într-un număr exhaustiv și finit de clase, pe baza stării specifice a Eului implicată. (4) Analiza tranzacțiilor izolate, cu ajutorul diagramelor tranzacționale; aceasta este analiza tranzacțională propriu-zisă.

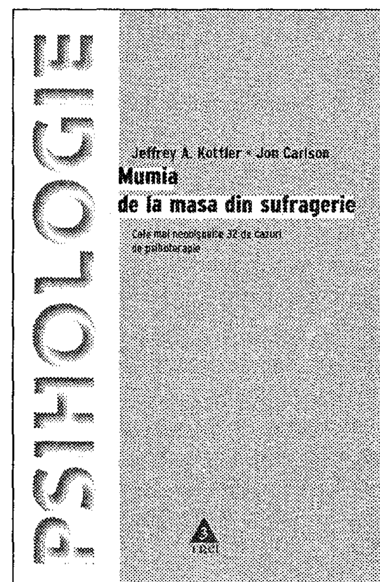
Învingător (*Winner*) Cel care-și atinge scopul declarat.

Mamă-vrăjitoare (*Witch Mother*) Starea de Copil a Eului mamei, care formează Părintele stării de Copil a fiului ei și-i ghidează scenariul tragic. Într-un scenariu productiv, se numește Zâna-nașă.

Imaginea despre lume (*World View*) Imaginea distorsionată a Copilului cu privire la lume și la oamenii din jurul său, pe care i se întemeiază scenariul.

LISTA FIGURILOR

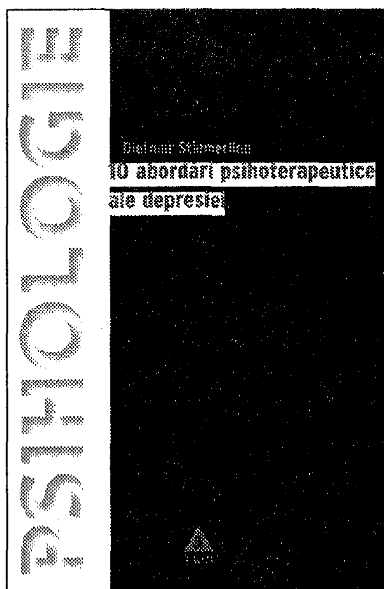
În colecția PSIHOLOGIE au mai apărut



Mumia de la masa din sufragerie. Cele mai neobișnuite 32 de cazuri de psihoterapie

Autori: Jeffrey A. Kottler și Jon Carlson
ISBN: 973-8291-91-7
Titlul original: *The Mummy at the Dining Room Table*
Publicată de: Jossey-Bass, San Francisco, 2004.
Traducere de: Adina Avramescu
Anul apariției: 2004
Format 13 × 20 cm
430 pagini

Povestirile din această carte sunt absolut uimitoare și neobișnuite. Cu toate acestea, ea nu este menită să glorifice cele mai bizare aspecte ale comportamentului uman. Ea este de fapt o colecție de povestiri despre relații psihoterapeutice care au produs transformări majore și semnificative atât în viața terapeuților cât și a clienților lor. Sunt povestiri despre compasiune și solicitudine, care demonstrează tipul de angajament pe care îl presupune meseria de terapeut. Aceasta nu este o carte care și-a propus deliberat să facă eroi și eroine din terapeuți (deși prezintă în multe dintre paginile ei strategiile creative și absolut uimitoare ale unora dintre cei mai mari practicieni contemporani). Mai degrabă este o carte care omagiază curajul unor oameni care, confruntându-se cu probleme majore, cu consecințe devastatoare asupra condiției lor fizice și emoționale, au reușit în cele din urmă să le depășească, prin eforturi susținute și prin încrederea permanentă arătată terapeuților lor.



10 abordări psihoterapeutice ale depresiei. Modele explicative ale psihologiei abisale şi concepte terapeutice asupra depresiei nevrotice

Autor: Dietmar Stiemerling
ISBN: 973-707-009-7
Titlul original: *10 Wege aus der Depression*
Publicată de: Verlag J. Pfeiffer, München, 1995
Limba originală: germană
Traducere de: Roxana Melnicu şi Camelia Petcu
Format 13 × 20 cm
Anul apariţiei: 2006
200 pagini

În ultimele decenii ale secolului nostru bolile depresive au devenit într-un fel boli populare. Nu există o altă tulburare psihică atât de răspândită, care să afecteze toate mediile sociale şi grupele de vârstă, în egală măsură bărbaţii şi femeile, fiind de asemenea în continuă creştere, astfel încât este concepută ca boală a epocii".

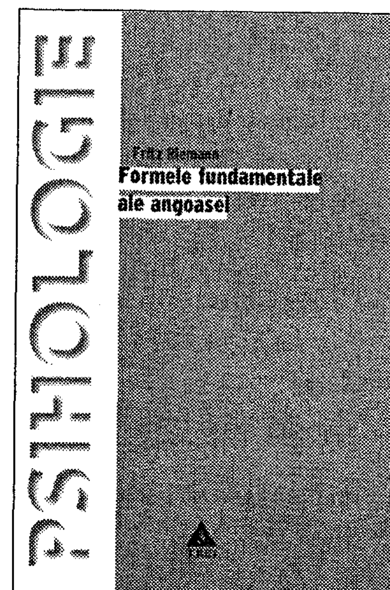
[...]

Depresia nu este drama în sine, ci tragerea semnalului de alarmă pentru rezolvarea dramei.

[...]

Descrierea celor zece modele de tulburări nevrotice ar putea sugera concluzia că putem pur şi simplu include orice pacient care are o depresie nevrotică într-o cutiuţă diagnostică. Dar, din păcate, nu este aşa. De obicei, la fiecare pacient se descoperă 2–3 variante dintre cele zece posibile, însă adesea se formează un centru de greutate. Unul dintre aceste modele se impune în prim-plan şi decide dinamica psihică. Există cazuri în care este evidentă numai o tematică (mai rar). [...] Terapeuţii trebuie să atingă, pentru întocmirea unui plan de tratament folositor, cele mai importante arii ale tulburării şi să intervină aici pe măsura centrului de greutate.

Dietmar Stiemerling este psiholog, psihoterapeut de cuplu şi psihanalist.



Formele fundamentale ale angoasei. Studiu de psihologie abisală. A 36-a ediţie

Autor: Fritz Riemann
ISBN: 973-707-038-0
Titlul original: *Grundformen der Angst. Eine tiefenpsychologische Studie, 36. Auflage*
Publicată de: Ernst Reinhardt Verlag München, 2003
Limba originală: germană
Traducere de:
Roxana Melnicu
Revizuirea traducerii:
Vasile Dem. Zamfirescu
Format 13 × 20 cm
Anul apariţiei: 2005
256 pagini

Angoasa aparţine inevitabil vieţii noastre. Luând mereu chipuri noi, ea ne însoţeşte de la naştere până la moarte. Istoria umanităţii lasă mereu să se vadă noi şi noi încercări de a o stăpâni, a o diminua, a o învinge sau a o lega. În aceste direcţii au făcut eforturi magia, religia şi ştiinţa. [...] Rămâne o iluzie să credem că putem trăi o viaţă fără angoasă; ea ţine de existenţa noastră şi este o reflectare a dependenţelor noastre şi a cunoaşterii condiţiei noastre de muritori. Putem numai încerca să dezvoltăm forţe care să i se opună: curajul, încrederea, cunoaşterea, puterea, speranţa, smerenia, credinţa şi iubirea. Acestea ne pot ajuta să admitem angoasa, să ne confruntăm cu ea şi să o învingem mereu. Trebuie să privim cu scepticism acele metode, indiferent de natura lor, care ne promit că ne eliberează de angoasă; acestea nu sunt pe potriva realităţii condiţiei umane şi trezesc speranţe iluzorii.

Fritz Riemann

Fritz Riemann (1902-1979) a studiat psihologia şi s-a format ca psihanalist, devenind unul dintre întemeietorii Institutului pentru Cercetări Psihologice şi Psihoterapie din München. A activat ca psihoterapeut şi psihanalist formator. Datorită meritelor sale a fost numit membru de onoare al Academiei Americane de psihanaliză. «Formele fundamentale ale angoasei» este cea mai cunoscută carte a sa. Faptul că a ajuns la 36 de ediţii într-o cultură mare cum este cea germană face inutilă orice recomandare.

Pentru comenzi sau informații despre alte colecții
vă invităm să vizitați situl nostru
www.edituratrei.ro
Dacă doriți să fiți în permanență informat despre noutățile
editoriale și alte evenimente la editura Trei,
vă invităm să vă înscrieți la **newsletter**.

Tiparul executat la ***S.C. LUMINA TIPO s.r.l.***
str. Luigi Galvani nr. 20 bis, sect. 2, București
tel./fax 211.32.60; tel. 212.29.27
E-mail: **office@luminatipo.com**
www.luminatipo.com